ИЖТИМАҒИ-СӘЙӘСИ-МӘҘӘНИ ГӘЗИТ

КискеӨфө

29-4 октябрь - ноябрь (карасай - ҡырпағай) 2022

№43 (1033)

kiskeufa.ru • 2002 йылдан башлап сыға • һатыуҙа хаҡы ирекле

БЫЛ ҺАНДА УҠЫҒЫҘ:

Туристар Өфөгә ағыла

5

Көрәү һәләте - Аллаһ бүләге

9

Ит ашамай йәшәй алаһығыҙмы?

10

Рәхмәт әйтеү сараһы...

Әлшәйҙә, Сурайҙа үтте

12-13

@KISKEUFA

Беҙҙең Телеграм каналға рәхим итегеҙ!

смартфон камераһын төбә

Һине үпкәләтерлек һүҙ әйттеләрме? Асыу белдерер алдынан уйлап ҡара әле: үпкәләүгә тиклем эйелергә кәрәкме? Үпкәләү бит ҡайҙалыр түбәндә ята торған тойғо һәм уны күтәреү өсөн мотлаҡ түбән эйелергә кәрәк.

(Дмитрий Лихачев).

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

29 октябрҙә Комсомол көнө билдәләнә. Комсомол йәштәрҙә илһөйәрлек тәрбиәләүсе бер мәктәп булды. Һеҙ шул мәктәп һабаҡтарын алған быуын булараҡ, ошо хаҡтағы фекерҙәрегеҙ менән уртаҡлашһағыҙ ине?

Хәләф ИШМОРАТОВ, Бөтә донъя Төрки донъяһы парламентарийҙары фондының Башҡортостандағы илсеһе: Илһөйәрлек иң тәүҙә үҙ милләтеңде яратыуҙан һәм уны ихтирам итеүҙән башлана. Шулай уҡ илһөйәрлек - тыуған ереңде, илеңде, телеңде, республиканды яратыу тигән һүҙ. Һәм быларҙың барыһын да беҙ, комсомолдар, яҡшы аңлап йәшәнек һәм эшләнек, балаларға ла төшөндөрҙөк. Шуға күрә мин, комсомол мәктәбе һабаҡтарын алған һәм ошо өлкәлә әүҙем эшләгән кеше булараҡ, һис һүҙһеҙ, комсомол ул заман йәштәрендә патриотизм тәрбиәләүҙә ҙур роль уйнаны, тип раҫлай алам.

Мин ВЛКСМ-дың Башҡортостан өлкә комитеты секретары булғанға тиклем, комсомолдың Баймаҡ районы комитетында беренсе секретарь булып эшләнем. Ул ваҡыттарҙа эш кешеһенә хөрмәт ҙур булды һәм кеше лә хеҙмәт ялтты. Мәҫәлән, иң яҡшы комбайнсыға Социалистик Хеҙмәт Геройы Риза Яхин исемендәге приз бирә торғайныҡ. Комбайнсылар ошо призды алыу өсөн икһеҙ-сикһеҙ баҫыуҙарҙа алышты. Һауынсылар араһында Гәүһәр Фәйзуллина исемендәге призға ярыштар ҡыҙыу барҙы. Гәүһәр Фәйзуллина шулай уҡ Социалистик Хеҙмәт Геройы, алдынғы һауынсы. Шулай итеп, комсомол хеҙмәткә һөйөү, эш кешеһен ҙурлау, күтәреү аша патриотик тәрбиә бирҙе.

Спорт ярыштарына иғтибар ҙур булды ул ваҡытта. Баймаҡ районында Темәстән Түбә ҡасабаһына тиклем ярыштар, марафондар ойошторолор ине. Был спорт трассалары райондың тарихи урындары аша үтеп, спортсыларҙа, йәштәрҙә уларға ҡарата ҡыҙыҡһыныу тыуҙырыла торғайны. Тимәк, спорт та патриотизм тәрбиәләүҙең бер ысулы. Комсомол ағзалары быны яҡшы аңланы һәм уңышлы тормошҡа ашырҙы.

Бөгөнгө көндә, илебеҙ ауыр мәлдәр кисергәндә, ҡайһы берәүҙәрҙең сит илгә сығырға тырышыуҙарын, сығыуҙарын һәм тыуған илен ошондай ваҡытта ташлап китеүҙәрен күреүе ҡыҙғаныс. Әгәр ҙә улар комсомол мәктәбен үткән булһа, бөгөнгө көндә быңдай күренеш булмаҫ ине, сөнки комсомол ағзаһы намыҫлы булыуҙы, илеңде яратыуҙы алға ҡуйҙы. Әлбиттә, комсомолды идеаллаштырмайым, уның да етешһеҙ яҡтары булды, әммә ул йәштәр өсөн ысын мәғәнәһендә тормош мәктәбе ине.

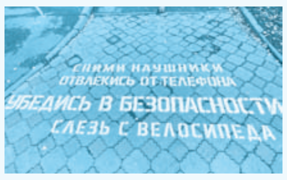
Элек октябрят, пионер, комсомолдан торған эҙмә-эҙлекле, бер-береһен тулыландырып килгән сылбыр булды. Беҙ быларҙың барыһын да бөтөрҙөк, ә йәштәргә уның урынына бер нәмә лә тәҡдим итмәнек. Сылбыр өҙөлдө, йәштәргә таяныр, ышаныр, өлгө булырҙай бер нәмә лә ҡалманы, улар бушлыҡ алдында тороп ҡалды. Ғөмүмән, ул бушлыҡ, ниндәйҙер вакуум йәштәрҙә генә түгел, ә тотош йәмғиәттә күҙәтелә һәм бөгөнгө көндә беҙ ошоноң кире эҙемтәләрен күрәбеҙ.

ИШЕТТЕГЕҘМЕ ӘЛЕ?

АШНАҠСЫҒА ҺӘЙКӘЛ

Баш ҡаланың Ленин районында Ғафури урамы, 7 адресы буйынса балалар туҡландырыуы ашнаҡсыһына Рәсәйҙәге берҙән-бер һәйкәл асылды. Был скульптура Балалар һәм диета туҡланыуы үҙәге инициативаһы менән барлыҡҡа килгән. Уны скульптор Андрей Асерьянц яһаған. Һәйкәлдә бәләкәй ҡыҙға кәтлит менән макарон биреп торған ашнаҡсы һынландырылған. Баланың йөҙөндә рәхмәт хисе һәм шатлыҡ сағыла. Иҫтәлекле урындың нигеҙендә "Ешь, учись, расти" тип яҙылған.

ИҪКӘРТЕҮСЕ ЯҘЫУ



Өфөлә юл киҫелештәре янындағы тротуарҙарҙа иҫкәртеүсе яҙыуҙар барлыҡҡа килде. Улар йәйәүлеләргә һәм велосипедсыларға иғтибарлы булырға һәм юл аша сыҡҡанда ҡағиҙәләрҙе үтәргә саҡыра. Был яҙыуҙарҙы баш ҡала хакимиәтенең Юлдарҙы һәм яһалма ҡоролмаларҙы төҙөү-ремонтлау идаралығы хеҙмәткәрҙәре төшөрә. "Быныҡ кеүек иҫкәртеү саралары йәйәүлеләрҙе юлды аша сыҡҡанда иғтибарлы булырға иҫкәртәсәк. Яҙыуҙар сағыу һары төҫтә һәм алыҫтан уҡ күренә", - тинеләр мэриянан.

"КИСКЕ ӨФӨ"ГӘ - 20 ЙЫЛ

ХАЛЫҠ МЕНӘН...

бер тулҡында ҡайнай был баҫма

Кешенең бер үҙенсәлеге бар - тәү күргәндәге хис-тойғолар. Мин был үҙенсәлекте гәзит-журналдарға ла күсерер инем, йәғни беренсе тапҡыр ҡулға алғанда ул баҫма йә күңелгә ята, йә юҡ, уны йә рәхәтләнеп уҡыйһың, йә ситкә ҡуяһың да башҡа ҡулға алмайһың.

(Дауамы 2-се биттә).

12+

"КИСКЕ ӨФӨ"ГӘ - 20 ЙЫЛ

ХАЛЫҠ МЕНӘН... бер тулҡында ҡайнай был баҫма

(Башы 1-се биттә).

Беренсе тапҡыр "Киске Өфө" гәзитен ҡулға алыуым хәтеремдә. 16 биттән торған башҡорт баҫмаһын да тәү күреүем ине, буғай. "Һай-һай, был тиклем биттәрҙе тултырғансы нимә яҙмаҡ кәрәк, буш хәбәр менән тултырғандарҙыр инде", тип уйланым да күҙ генә һалып сығырға булдым. Һәм бына ике тиҫтәгә яҡын күҙемде лә алмай һәр һанын уҡып барам "Киске Өфө"нө. Шул тиклем бай йөкмәткеле, мәғәнәле, һәр ваҡиғаға үҙ ҡарашы булған, мәртәбәле баҫмабыҙ бар, йәмәғәт, кинәнеп уҡыйым оҙаҡ йылдар.

Аҡыллы кешеләрҙең әйткән аҡыллы, төплө фекерҙәрен махсус рәүештә эҙләп уҡып ултырғандар һирәктер, моғайын. Ә бына гәзиттең һуңғы битендә баҫылған ошондай аҡыллы фекерҙәр һәр ваҡыт урынлы һәм йәмғиәтебеҙҙә барған хәл-ваҡиғаларға ҡарата ғына әйтелгәндәй тойола. Уларҙы беҙҙең йәшәйешкә тура килтереп кенә баҫыуҙары гәзиткә бәр мәртәбә өҫтәй.

Күләмле гәзит күләмле фекерле әйберҙәр яҙа. Хикәйә булһынмы ул, мәҡәләме, интервьюмы - барыһы ла ысын күңелдән яҙылғанлығы күренеп тора. "Бит тулһын" тигән фекер менән өҙөк-йыртыҡ яҙылған баҫмаларҙы ла осратырға тура килә, ләкин "Киске Өфө" ундай мәғәнәһеҙлектән ары тора.

Гәзиттең исеменән сығып һүҙ йөрөткәндә, баҫма тик баша ҡала тураһында ғына кеүек, ләкин ул үҙенә бөтә республикала, хатта төбәктән ситтә йәшәгән милләттәштәребеҙ тураһында ла мәғлүмәт һыйҙыра. Иң мөһиме, "Киске Өфө" халыҡ менән бер тулҡында, уның тураһында яҙа, уны ҡыҙыҡһындырырлыҡ итеп яҙа.

Гәзиттең үҙ стиле, теле бар һәм ул бер баҫманыҡына ла оҡшамаған. Һәр материал аңлайышлы, ҡыҙыҡлы һәм уҡымлы, артыҡ бер нәмә лә юҡ һәм шуға күрә уҡығанда ялҡытмай. Гәзиттә баҫылған тарихи әйберҙәр шул тиклем мәғлүмәтле, күп кеше өсөн яңы һәм әһәмиәтле. Үҙем тарихты яратҡан кеше булһам да, ундай китаптарҙы әллә ни уҡымайым, сөнки уҡыуы ауыр, ҡайһы бер һүҙҙәр аңлашылмай, исемдәр, ваҡиғалар араһында буталып та китергә мөмкин. Ә "Киске Өфө"лә ниндәй тарихи ваҡиға йәки шәхес тураһында яҙылһа ла, барыһы ла ябай телдә, аңлайышлы итеп бирелә, уҡып күңел була. Һәр кешенең ғүмере үҙе бер тарих бит инде, шуға күрә элекке замандарҙа йәшәгән һәм оло эштәр башҡарған кешеләр тураһында белергә ярҙам иткәндәре өсөн гәзиткә ҙур рәхмәт. Артабан да тарихи мәҡәләләр баҫылыр, тигән өмөттәмен.

Ауылда ғүмер иткән кеше булараҡ, миңә баҡсасылыҡ темаһына арналған, шифалы үләндәр тураһындағы мәҡәләләр бик ҡыҙыҡлы. Гәзиттең ошо теманы яҡтыртып барыуына бик шатмын. Тағы ла өй гөлдәре тураһында ла ҡыҫҡа мәғлүмәттәр биреп барһағыҙ ине.

Фәнилә ИСКӘНДӘРОВА.
Учалы районы.

БЫЛ АЙҘА...

ИР-ЕГЕТТЕҢ ЯҠШЫҺЫ... ил менән бергә булыр

Ноябрь, йәғни боронғоса ҡырпағай, көҙгө миҙгелдең һуңғы сәләмелер беҙгә. Көҙ менән ҡышты тоташтырып тороусы булараҡ, был айға ошо ике миҙгелдең дә сифаттары хас, ләкин ул күберәк ҡыш файҙаһына эшләй: ҡояш һүрәнләнә, күк йөҙөндә болоттар ҡуйыра, быҫҡаҡ ямғыр һибәләй, тора-бара ҡар ҡатыш яуынлап, рашҡы көндәр башлана...

Бигүк күңелленән түгел, шулаймы? Бигерәк тә ауыл халҡы өсөн ыҙа был осор: күп урындарҙа, хатта төп урам юлдарында асфальт булмағанда ла, исмаһам, ҡырсын да түшәлмәгән - батҡаҡ кисеп йөрөргә тура килә. Икенсе яҡтан, малды ҡырға сығарып ебәреү ҡурҡыныс: айыу ҡышларға ятыр алдынан темеҫкенеп, ауылға яҡынлай, май запасы туплап ҡалырға тырыша... Хәйер, айыуы - айыу, мәгәр йыртҡыстан яман әҙәм ҡоторған заман бөгөн, шулай булмаһа, элек-электән "һуғыш суҡмары" даны алған НАТО блогы Рәсәйҙе өҙгөсләп ташларға әҙер бүре өйөрө рәүешенә инмәҫ ине. Үҙен донъя хужаһы тип хис иткән Америка тирәһендә үҙҙәренә өлөш там итеп, Евроберләшмәһе гиена төҫлө сөңкөлдәй... Бар белгәндәре хөсөт һәм бөтөн ҡара уйҙарын "йомошсо малай" арҡылы бойомға ашырмаҡсы был өйөр.

Ә күпте кисергән Рәсәй бындай өйөрҙәрҙе генә күргәне-еңгәне, елкәләренән алып ташлағаны бар үҙ тарихында. XII быуатта уҡ әле, тарих төпкөлөндә ятҡан 1612 йылғы буталсыҡ заманда, поляк-литва интервенцияһынан яҙмышы ҡыл өҫтөндә торған Рәсәйҙе Кузьма Минин менән Дмитрий Пожарский етәкләгән халыҡ ополчениеһы ҡотҡарып ҡалған. Ә бынан бер быуат элек иһә йәш Советтар илен, аҡтар хәрәкәтенә ҡушылып, ҡамап алған Антантаны (унда ла шул уҡ бөгөнгө Евроберләшмә "шакал"дары, шул иҫәптән Бөйөк Британия, Канада, Япония һ.б. илдәр ингән) тарих дәреслектәренән хәтерләйһегеҙҙер? Был тарихи ваҡиғаларҙа, шулай уҡ Бөйөк Ватан һуғышында ла, дошманды ҡыйратыусы төп еңеүсе көс - халыҡ берҙәмлеге. Тап ошо ҡеҙрәтле көс тарих барышында бер нисә тапҡыр илебеҙ йөрәге Мәскәүҙе илбаҫарҙарҙан йолоп алып ҡалған. Халыҡ ихтыяры һәм рухынан тыш, илде ошо ауыр осорҙарҙа Кутузов та, Чапай менән Буденный ҙа, Сталин менән Жуков кеүек одиоз фигуралар ҙа ҡотҡара алмаған булыр ине...

Халыҡ берҙәмлеге бөгөн дә дошмандың өнөн тығасаҡ, өлөшләтә мобилизация барышы тап шул

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

29 октябрҙә Комсомол көнө билдәләнә. Комсомол йәштәрҙә илһөйәрлек тәрбиәләүсе бер мәктәп булды. Һеҙ шул мәктәп һабаҡтарын алған быуын булараҡ, ошо хаҡтағы фекерҙәрегеҙ менән уртаҡлашһағыҙ ине?

Буранбай КҮСӘБАЕВ, 1974 - 1987 йылдарҙа ВЛКСМ-дың Баймаҡ район комитеты ойоштороу бүлеге мөдире булған, әлеге көндә - хаҡлы ялда: Үҙгәртеп ҡороу йылдарында совет власын тәнҡитләү көслө булды. Шул ваҡыттарҙа мәктәптәрҙән октябрят, пионер, комсомол ойошмаларын да сығарып ебәрҙеләр. Хәҙер был аҙымдың хата икәнен аңлап, белем учреждениеларында төрлө ойошмалар эшләп ҡарайҙар, ләкин улар элекке шул октябрят, пионер һәм комсомол ойошмаһының тоноҡ ҡына, насар ғына бер күләгәһе.

Элек Тимур командалары тигән ойошма яҡшы эшләне. Һәр мәктәптә, һәр ауылда һәм ҡалала "тимурсылар"ҙың эше гөрләп торҙо. Уларҙың ярҙамы ололар өсөн дә файҙалы булды, үҫеп килгән быуын хеҙмәттең, ярҙам ҡулы һуҙыуҙың әһәмиәтен белеп-аңлап үҫте. Шулай уҡ был илһөйәрлек тәрбиәләүҙең дә бер ысулы ине. Бөгөнгө көндә лә ойоштороп булыр ине бындай командаларҙы һәм бының йәш кеше тәрбиәһендә һөҙөмтәһе буласаҡ икәненә иманым камил. Мәҫәлән, бөгөн байтаҡ ир-егеттәр өлөшләтә мобилизацияға эләгеп, яуға китте. Уларҙың ғаиләләренә, ҡарт атай-әсәйҙәренә лә "тимурсылар"ҙың ярҙамы ярап ҡалыр ине.

Әйткәндәй, әлеге ваҡыттағы хәл-ваҡиғалар ҙа күрһәтте мәктәптәрҙә, йәштәрҙә, ғөмүмән, ил халҡында илһөйәрлек тәрбиәләүгә ниндәй ҙур әһәмиәт бирергә кәрәклеген. Үҙәк телевидение экрандарынан төшмәгән "йондоҙҙарҙың", ҡайһы бер билдәле сәйәсмәндәрҙең илгә ошондай ауырлыҡ килгәндә ситкә сығып китеүе тураһында уҡып-ишетеп торабыҙ. Тимәк, улар Рәсәйҙә үҙҙәренә дан, аҡса эшләү өсөн генә йәшәгән.

Эйе, тәрбиәүи эште йәнләндерергә кәрәк һәм бының өсөн беҙҙең мөмкинлектәр күп. Шул уҡ башҡорт халҡының, республикала йәшәгән башҡа милләт вәкилдәренең тарихында илһөйәрлектең нимә икәнен балаларға, йәштәргә аңлата алырлыҡ миҫалдар күп.

Шәхсән үҙем комсомол ойошмаһы тураһында бәләкәйҙән белеп үҫтем, шулай уҡ үҙемә лә комсомол эшендә ҡайнарға насип булды, шуға күрә был ойошманың бөтә нескәлеген яҡшы беләм. Мәҫәлән, мәктәптә эшләгәндә комсомол ойошмаһында методик мәсьәләләрҙе ентекләп тикшереп, бер-беребеҙҙең дәрестәренә йөрөп, һәр дәресте анализлап, төрлө яҡлап һығымталар эшләр инек. Был, һис шикһеҙ, уҡытыусының эшенә тик ыңғай йоғонто яһаны. Был эшмәкәрлектең бер кемгә лә зыяны теймәне. Бөтә эште мәктәп администрацияһы, профсоюз, комсомол ойошмаһы күмәкләп башҡарҙыҡ. Күмәк эштең һөҙөмтәһе лә яҡшыраҡ килеп сыға ине. Колхоз-совхоздарҙа ла комсомол ойошмаһы әүҙем эшләне. Бер кеше лә эшһеҙ йөрөмәне. Шулай уҡ алдынғыларҙы күрә белделәр, баһаланылар, хөрмәтләнеләр.

Н И М Ә ? Ҡ А Й Ҙ А ? Ҡ А С А Н ?

✓Билдәле булыуынса, 19 октябрҙән Рәсәй төбәктәрендә төрлө кимәлдәге әҙерлек статустары индерелде. "Башҡортостанда базалы әҙерлек режимы индерелде. Беҙҙең алда бурыстар элеккесә ҡала - республиканың иҡтисадын, социаль өлкәһен тыныс итеп өҙөклөкһөҙ үҫтереү, ижтимағи-сәйәси тотороҡлоҡто һаҡлау", - тине Радий Хәбиров.

✓Мобилизацияланғандар һәм уларҙың ғаиләләре өсөн ҡыҙыу линия асылды. Рәсәй Тәфтиш комитетының Өфө гарнизоны буйынса хәрби тәфтиш бүлеге телефон "ҡыҙыу" линияһы номерын күрһәтте. Ул РФ Тәфтиш комитетының Үҙәк хәрби округ буйынса хәрби тәфтиш идаралығына ҡарай һәм тәүлек әйләнәһенә эшләй. Телефонға мобилизацияға бәйле һорауҙар һәм проблемалар менән шылтыратырға мөмкин. 8 (343) 369-00-15; 8 (343) 359-33-22.

✓Рәсәй Президенты Владимир Путин Башҡортостандың мәҙәниәт министры Әминә Шафиҡованы "Мәҙәниәт һәм сәнғәттәге хеҙмәттәре өсөн" миҙалы менән наградланы. Был туралағы указ хоҡуҡи мәғлүмәттең рәсми интернет-порталына һалынған. 2022 йылдың 5 октябрендә Башҡортостандың атҡаҙанған артисы, Шәйехзада Бабич исемендәге йәштәр дәүләт премияһы һәм халыҡ-ара конкурстар лауреаты Әминә Шафиҡова республиканың мәҙәниәт министры вазифаһында 10 йыл эшләүен билдәләне.

✓Төбәк Ҡоролтайы предприятиеларҙың махсус хәрби операцияға ярҙам иткән сығымдарын иҫәптән сығарыу механизмдарын булдырасаҡ. 20 октябрҙә, республиканың Дәүләт Йыйылышы ултырышында был мәсьәлә буйынса фекер алышыу үтте. Төбәк парламенты спикеры Константин Толкачев бюджет, һалымдар һәм инвестициялар сәйәсәте буйынса комитет рәйесе Рида Собханғоловаға тәҡдимдәрҙе ҡарарға ҡушты.

✓Рәсәй Президенты Владимир Путин илдең Хәүефһеҙлек советы ултырышында махсус хәрби операцияға өлөшләтә мобилизация мәлендә саҡырылған ир-егеттәргә аҡса довольствиеһы айына 195 мең һумдан да кәм булмаҫҡа тейеш тип әйтте. Ил етәксеһе белдереүенсә, быға ғәскәрҙәрҙәге һалдаттарҙы әҙерләү һәм уҡытыу ваҡыты ла инә. "Беҙҙең бөтә яугирҙар бар кәрәк-яраҡ менән йыһазландырылырға тейеш", - тип өҫтәне Владимир Путин.

✓ ***Юҡҡа ғына был айҙа Халыҡ берҙәмлеге көнө менән бер рәттән, Ирҙәр көнө лә йәнәш тура килмәгәндәр. "Ир-егеттең яҡшыһы - ил менән" , "Ил барҙа ир хур булмаç, ир барҙа ил хур булмаç", "Ил терәге - ир" тип бушҡа әйтмәгән бит халҡыбыҙ.***

берҙәмлек, рух ныҡлығы өлгөһө булды ла. Юҡҡа ғына был айҙа Халыҡ берҙәмлеге көнө **(4)** менән бер рәттән, Ирҙәр көнө лә **(5)** йәнәш тура килмәгәндер. "Ир-егеттең яҡшыһы - ил менән" , "Ил барҙа ир хур булмаç, ир барҙа ил хур булмаç", "Ил терәге - ир" тип тә бушҡа әйтмәгән бит халҡыбыҙ. Теләгебеҙ шул: Уландар көнөндә **(22)** балаларын яуға оҙатҡан әсәләргә ғәзиздәренең иçән-имен ҡайтыуҙарын ҡаршылап, ҡосаҡтарына алырға насип итһен ине Хоҙай. Рәсәйҙә Әсә көнөнә **(27)** ниндәй ҙә ҡыуаныслы, оло бүләк булыр ине был!

Әйткәндәй, ҡырыç һәм йонсоу миҙгел булыуына ҡарамаçтан, ҡырпағай күңелдәрҙе балҡытып, йылытып тороусы, рухландырыусы хәрби дан иçтәлектәренә бай. **1941 йылдың 7 ноябрендәге** сасҡау һыуыҡ көндә, Октябрь социалистик революцияһының 24 йыллығы хөрмәтенә, шулай уҡ фронтҡа китеүсе яугирҙарҙың рухын күтәреү, еңеүгә ышаныс ныҡлығын раçлау маҡсатында хәрби парад үткәрелә. Шуныһы тулҡынландырғыс: парадта ҡатнашҡан ғәскәрҙәр яугирҙары Ҡыҙыл майҙандан тура фронтҡа китә...

Тағы бер мөһим көн бар был айҙа: фашизм, расизм һәм антисемитизмға ҡаршы көрәш көнө **(9)**. Был дата Милләтселек, фашизм, расизмға ҡаршы 46 Европа иленән 560 ойошманы берләштереүсе UNITED Европа селтәре башланғысы менән ойошторолған. Советтар иленең данлы Ҡыҙыл Армияһы фашистик Германияны еңгәндән һәм Европаны Гитлер ҡоллоғонан ҡотҡарғандан һуң фашизм һәм нацизмға ҡаршы көрәш көнө киң билдәләнә торған был илдәр бөгөн килеп Украиналағы нацизм һәм фашизмды яҡлап сығыш яһауҙары менән хурлыҡлы рәүештә үҙҙәренең ике йөҙлөлөгөн фаш итәләр түгелме? Эйе, тарихта бына шундай фарстар ҙа булғылап тора шул...

Шулай итеп, был айҙа Суд приставтары көнө **(1)**, Халыҡтар берҙәмлеге **(4)**, Хәрби разведчик һәм Бөтөн донъя Ирҙәр **(5)** көндәре, Октябрь революцияһы **(7 ноябрь, 1917 йыл)**, Килешеү һәм ярашыу көнө **(7)**, Халыҡ-ара КВН; Фашизм, расизм һәм антисемитизмға ҡаршы халыҡ-ара көндәр **(8)**, Полиция, Бөтөн донъя сифат, Йәштәр һәм Фән **(10)** көндәре, Халыҡ-ара энергияға ҡарата һаҡсыллыҡ **(11)**, Рәсәй һаҡлыҡ банкы хеҙмәткәрҙәре, БР профсоюздары, Пневмония менән көрәш **(12)** көндәре, РФ Оборона министрлығының Радиация, химик һәм биологик һаҡ ғәскәрҙәре, 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһы көндәре (1941 йылдың 13 ноябрендә СССР Оборона буйынса Дәүләт комитеты тарафынан милли хәрби берләшмәләр ойоштороу тураһында Ҡарар ҡабул ителә һәм ошо дата 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһының тыуған көнө иçәпләнә), Мәрхәмәтлек **(13)** көндәре, Социолог, Бөтөн донъя диабетҡа ҡаршы көрәш, Логопед **(14)** көндәре, Ойошҡан енәйәтселеккә ҡаршы көрәш буйынса подразделениелар ойошторолған һәм Призывниктар **(15)** көндәре, Халыҡ-ара толерантлыҡ **(16)**, Участка полицияһы, Философия, Студенттар, Халыҡ-ара тәмәкенән баш тартыу, шулай уҡ башҡорт халҡының милли батыры Салауат Юлаевҡа һәйкәл асылыуға 55 йыл тулған **(17)** көндәр, Ракета ғәскәрҙәре һәм артиллерия **(19)** көнө, Бөтөн донъя бала көнө **(20)**, Бөтөн донъя сәләмләүҙәр, Телевидение **(21)** көндәре, Психолог, Уландар **(22)** көндәре, Ҡатын-ҡыҙға ҡарата көс ҡулланыуға ҡаршы халыҡ-ара көн **(25)**, Бөтөн донъя мәғлүмәт **(26)**, Диңгеҙ пехотаһы, Рәсәйҙә Әсә **(27)** көндәре, Халыҡ-ара мәғлүмәтте яҡлау **(30)** көнө билдәләнә.

Ҡырпағайҙа тыуғандар:

1 - шағирә, журналист, Башҡортостандың атҡаҙанған матбуғат һәм киң мәғлүмәт хеҙмәткәре, Салауат Юлаев ордены кавалеры **Йомабикә Ильясоваға - 65 йәш** (1957).

6 - дәүләт эшмәкәре, Өфө губернаһынан 4-се Дәүләт Думаһы депутаты **Иблиәмин Әхтәмовтың тыуыуына - 145 йыл** (1877-1941).

- журналист, яҙыусы, "Слово" нәшриәте директоры, Башҡортостандың атҡаҙанған мәҙәниәт хеҙмәткәре **Марат Муллаҡаевҡа - 70 йәш** (1952).

- шағир, 1991-2011 йылдарҙа "Истоки" гәзитенең баш мөхәррире, Салауат Юлаев ордены кавалеры **Александр Филипповтың тыуыуына - 90 йыл** (1932-2011).

25 - журналист, 1971-1992 йылдарҙа "Сибайский рабочий" гәзите мөхәррире, Башҡортостандың атҡаҙанған мәҙәниәт хеҙмәткәре, БР Журналистар берлегенең яуаплы сәркәтибе **Мәүлиҙә Яҡуповаға - 70 йәш** (1952).

Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА.

ӘЙТ, ТИҺӘГЕҘ...

?

29 октябрҙә Комсомол көнө билдәләнә. Комсомол йәштәрҙә илһөйәрлек тәрбиәләүсе бер мәктәп булды. Һеҙ шул мәктәп һабаҡтарын алған быуын булараҡ, ошо хаҡтағы фекерҙәрегеҙ менән уртаҡлашһағыҙ ине?

Кинйә КУСКИЛДИН, Башҡортостан "Туриндустрия"һының төбәк союзы етәксеһе: Заманында мин Йылайыр район комсомол комитетының беренсе секретары булдым. Шуға күрә 29 октябрь - Комсомол көнө миңә һәм, ғөмүмән, беҙҙең быуын өсөн байрам датаһы булып ҡанға һеңгән.

Ваҡытында комсомолдың йәштәрҙә илһөйәрлек тәрбиәләүҙә роле сикһеҙ ҙур булды, тип әйтһәм, һис тә хаталанмаçмын. Комсомол эшмәкәрлеге кешене хеҙмәткә әҙерләүгә, тыуған илебеҙҙе һаҡлауға һәм яҡлауға йүнәлтелде. Партия ҡабул иткән ҡарарҙарҙа йәштәрҙең ниндәй йүнәлештә эшләргә тейешлеге аныҡ яҙылды һәм ул йүнәлештәрҙә патриотик тәрбиәгә ҙур урын бирелә ине. Ул саҡта комсомолдар Бөйөк Ватан һуғышы ветерандары, хеҙмәт ветерандары менән осрашыуҙар ойоштороҙо, "Зарница" кеүек уйындар үткәреү киң йәйелдерелгәйне. Быларҙың барыһы ла патриотизм тәрбиәләүгә үҙ өлөшөн индергән саралар булды, сөнки ветерандарҙың өлгөлө тормош юлы менән танышыу, һуғыш ваҡытында күрһәтелгән батырлыҡтар тураһында тыңлау, баçыу-ҡырҙарҙа өлгәшелгән хеҙмәт ҡаһарманлыҡтарын белеү - барыһы ла йәштәрҙең күңеленә уйылып ҡалды.

Бөгөнгө көндө алып ҡарағанда, һуңғы ваҡыттағы күңелгә иң уйылып ҡалған һәм илһөйәрлек тәрбиәһенең иң күркәм өлгөһө - Совет майҙанында генерал-майор Миңлеғәле Шайморатовҡа һәйкәл асыу һәм уның сиктәрендә уҡыусыларҙы "шайморатовсылар" сафына алыу булды. Ошо үҙ киләсәген бөйөк шәхес исеме менән бәйләгән балаларҙың илебеҙгә кәрәкле кешеләр булып үçәсәктәре тураһында ант биреүҙәре, әлбиттә, шатландырҙы.

Йәшерен-батырыны юҡ, йәштәрҙә, йәмғиәттә илһөйәрлек тәрбиәләүгә ҡарата әлегә тиклем күҙ йомоп ҡаралды. Хәҙер йәштәр генә түгел, балалар ҙа, оло быуын да телефонда "йәшәй", тиһәк тә була. Һәм, әлбиттә, балаларға, йәштәргә төрлө социаль селтәрҙәрҙең кире йоғонтоһо ҙур. Дөрөçөн әйткәндә, ундағы мәғлүмәт, төрлө ролик һәм башҡалары кешелә патриотик тойғоно һүрелтеү һәм һүндереү өсөн эшләнгән, тип уйлайым. Йәш быуын араһында үҙ ырыуын белмәгәндәр, оloларҙы хөрмәт итмәгәндәр, тыуған илен һанға һуҡмағандар күбәйҙе һәм быларҙың барыһы ла бала саҡтан интернетта ултырып, шундағы мәғлүмәтте һеңдереү һөҙөмтәһе.

Әлбиттә, йәштәрҙә "тыуған ил" төшөнсәһенең юйылыуына уларҙың бөгөнгө йәшәү рәүеше лә тәьçир итәләр, сөнки хәҙер эшләү һәм йәшәү өсөн сиктәр юҡ. Хәлендән килә икән, теләгең бар икән, донъяның ниндәй илендә булһа ла йәшәргә һәм эшләргә мөмкин. Шуға ла бөгөн беҙгә йәштәребеҙҙе "юғалтыуҙан" һаҡларға кәрәк. Бының өсөн шул уҡ мессенджерҙарҙы үҙебеҙҙең ошо маҡсатыбыҙҙы тормошҡа ашырыу йүнәлешендә ҡулланырға өйрәнеү мөһим.

Әйтергә кәрәк, илһөйәр йәштәребеҙ күп беҙҙең. Улар үҙҙәрен тыуған илебеҙҙең ысын патриоты итеп күрһәтте бөгөнгө ҡатмарлы хәлдәр ағышы барышында ла. "Шайморатов генерал" йырын дәррәү башҡарып, илебеҙҙе һаҡларға йүнәлгән Сибай ҡалаһы артистары менән Башҡортостан ғына түгел, тотош Рәсәй ғорурланды. Бар беҙҙең ошондай йөрәгендә илһөйәрлек урғып торған егеттәребеҙ, киләсәктә лә булһын.

Гөлназ МАНАПОВА яҙып алды.

Н И М Ә ? Ҡ А Й Ҙ А ? Ҡ А С А Н ?

✓Башҡортостанда полицияның генерал-лейтенанты Артур Фәрүәз улы Әхмәтхановтың иçтәлегенә милли көрәш буйынса бөтә Рәсәй хәтер турнирына әҙерлек бара. Спорт әҙерлеге үҙәгендә 25-27 ноябрҙә уҙасаҡ турнирҙа илдең 20 төбәгенән 200-гә яҡын спортсы ҡатнашасаҡ.

✓Республикала 9 майҙа власть органдары урынлашҡан биналарҙа Рәсәй Федерацияһы, Башҡортостан һәм муниципаль берәмектең флагтары менән бер рәттән, Еңеү Байрағы күсермәһе урын аласаҡ. Был туралағы закон проектын БР Дәүләт Йыйылышы-Ҡоролтай депутаттары беренсе уҡыуҙа уҡ ҡабул итте. Инициативаны төбәк етәксеһе һәм республика Хөкүмәте лә хуплаған.

✓Республика агросәнәғәт тармағы уникаль белгестәренең 26 проценты өлөшләтә мобилизациянан кисектерелеп тороуға өлгәшкән. Был турала Башҡортостан Хөкүмәтенең вице-премьеры - ауыл хужалығы министры Илшат Фәзрахманов белдерҙе. Быға тиклем ауыл хужалығы министры республикала аграр өлкәлә йәлеп ителгән 18 мең кешенән 700-ө мобилизацияға эләккән тип белдергәйне.

✓Республика парламенты ҡарары менән Телерадиотапшырыуҙар буйынса федераль конкурс комиссияһында Башҡортостандың Дәүләт Йыйылышы вәкиле тәғәйенләнде. Был вазифа Дәүләт Йыйылышы рәйесе урынбаçары Тамара Танһыҡҡужинаға бирелде. Ошоғаса конкурс комиссияһында төбәк парламенты вәкиле булып Айгөл Гәрәева сығыш яһаны. Ул хәҙер БР ғаилә, хеҙмәт һәм халыҡты социаль яҡлау министры урынбаçары булып эшләй.

✓Башҡортостан Дәүләт Йыйылышы "Башҡортостан Республикаһында туристик эшмәкәрлек тураһында" Башҡортостан Республикаһы Законының 6-сы статьяһына үҙгәрештәр индереү тураһында" закон ҡабул итте. Ул туристарҙың электрон юлламаларҙың берҙәм мәғлүмәт системаһында булған мәғлүмәттәрҙе алыуға хоҡуғы тураһында положение менән тулыландырылған.

✓Башҡортостанда "Кесе һәм урта эшҡыуарлыҡты үçтереү тураһында" законға өçтәмәләр ҡабул ителде. Документҡа республика Башлығы Радий Хәбиров ҡул ҡуйҙы. "Закон аша кесе һәм урта эшҡыуарлыҡ субъекттарының берҙәм реестрына ингән мәғлүмәт теҙмәһе арттырылды. Хәҙер унда дәүләт ярҙамын күрһәтеү тәртибен һәм шарттарын боҙоу факты, уның төрө һәм ваҡыты күрһәтеләсәк", - ти Дәүләт Йыйылышы рәйесе Константин Толкачев.

ҠЫҪҠАСА

ЕҢЕЛӘЙТТЕЛӘР

Башҡортостанда Әсәлек капиталы сертификатын алған ғаиләләр аҡсаны Пенсия фондының клиент хеҙмәттәренә бармайынса торлаҡ шарттарын яҡшыртыу өсөн тотонорға мөмкин. Был хаҡта Рәсәй Пенсия фондының Башҡортостан бүлексәһенән хәбәр иттеләр. Хәҙер халыҡҡа банкка ғына мөрәжәғәт итергә кәрәк, банк иһә тейешле документтарҙы Пенсия фондына тапшыра. Республиканың 16 кредит ойошмаһы - Һаҡлыҡ банкы, ВТБ, Газпромбанк һәм башҡалар менән ошондай килешеүҙәр төҙөлгән. "Банкта торлаҡ һатып алыу йәки төҙөү өсөн кредит рәсмиләштергәндә Әсәлек капиталы аҡсаһын кредит буйынса төп бурысты түләүгә йәки уны алғанда тәүге иғанәгә тотоноу тураһында ғариза бирелә. Ипотека кредиттары булған һәм Әсәлек капиталын торлаҡ шарттарын яҡшыртыуға йүнәлтергә хәл иткән ғаиләләр кредит алған банк аша ғариза биреүҙең уңайлы ысулын файҙаланырға мөмкин", - тине Рәсәй Пенсия фондының Башҡортостан бүлексәһе идараһыһы Фоат Хантимеров.

✓ **Башҡортостан Хөкүмәтенең вице-премьеры - ауыл хужалығы министры Илшат Фәзрахманов "Рәсәй" медиаүҙәгендәге матбуғат конференцияһында быйылғы юғары уңыш сәбәптәре менән уртаҡлашты.** "Агротехниканы тотоноу ваҡыты, сәсеү графигы ҡәтғи үтәлде. Үҫемлектәрҙе өҫтәмә туҡландырыу дөрөҫ алып барылды, 20 проценттан ашыу элиталы орлоҡ сәселде. Һауа торошо ла ҡулайлы булды. Быларҙың барыһы ла игендең 60 проценты юғары сифатлы булыуына килтерҙе", - тип һөйләне министр. Уның белдереүенсә, быйылғы уңыш 1986 йылғы рекордты уҙған. Шул уҡ йәһәттә ағымдағы йыл йомғаҡтары менән 2021 йылдың юғалтыуҙары ҡапланасаҡ. Бынан алда БР Башлығы Радий Хәбиров ауыл хужалығы хеҙмәткәрҙәренә уңышты 6 млн тоннаға еткерергә бурыс ҡуйған ине.

✓ **БР Дәүләт Йыйылышы - Ҡоролтай депутаттары "Башҡортостан Республикаһында этил спирты, алкоголь һәм составында спирт булған продукция етештереү һәм әйләнеш эшмәкәрлеген көйләү тураһында" законға өҫтәмәләрҙе раҫланы.** "Законда Йәштәр көнөн байрам итеү сәбәпле, алкоголь продукцияһын ваҡлап һатыуҙы тыйыу тураһында положение аныҡланған, - тип хәбәр итте парламент спикеры Константин Толкачев. - Элек был тыйыу 27 июндә ғәмәлдә булды. Ҡайһы саҡ был дата аҙнаның төрлө көнөнә тура килә, байрам саралары ялдарға күсерелә. Быны быйылғы байрам асыҡ күрһәтте. Йәштәр көнөндә алкоголде ваҡлап һатыуҙы тыйыу законы тейешлесә эшләмәне. Бынан ары муниципалитеттар байрам сараларын үткәргән көндәрҙә лә хәмер һатыу тыйыласаҡ." Закон БР Башлығына ҡул ҡуйыуға ебәрелде. Рәсми рәүештә тартаҡандан һуң 10 көн үткәс, ул үҙ көсөнә инәсәк.

ТӨРЛӨҺӨНӘН

КҮҢЕЛДЕ ЙЫЛЫТА

РФ Дәүләт Думаһы депутаттары инициативаһы менән күп балалы атайҙарҙы өлөшләтә мобилизациянан азат итергә ҡарар ҡабул ителде. Быға тиклем дүрт һәм унан күберәк балалы атайҙар хәрби хеҙмәттән азат ителгәйне.

Ошоға бәйле, Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров күп балалы атайҙарҙы хәрби күнекмә урындарынан ҡайтарырға ҡушты. Мобилизацияға эләккән өс балалы атайҙар ошо көндәрҙә хәрби күнекмә урындарынан ҡайтарыласаҡ. "Әйҙәгеҙ, хәрби уҡытыу урындарындағы 16 йәшкә тиклемге өс балаһы булған атайҙарҙы өйҙәренә ҡайтарайыҡ. Миңә хәбәр итеүҙәренсә, улар 200-ҙән артыҡ кеше. Был ғәҙел буласаҡ", - тине төбәк етәксеһе. Шул уҡ мәлдә Радий Хәбиров район-ҡала башлыҡтарына хәрби комиссариаттар менән берлектә өйҙәренә ҡайтарылғандар урынына саҡырыласаҡ ир-егеттәрҙең исемлеген әҙерләргә ҡушты. "Беҙгә мобилизация планын үтәр өсөн был кешеләрҙе икенселәре менән алмаштырырға кәрәк. Аңлау өсөн шуны әйтәм: беҙ республикала булған мобилизация резервының бәләкәй процентын ғына саҡырабыҙ. Зинһар быны эшләгеҙ", - тине ул.

ҺЫУҘА ВАБА ЮҠ!

Социаль селтәрҙәрҙә һәм мессенджерҙарҙа таратылған эсәр һыу сығанаҡтарында ваба (холера) вибриондары табылыуы тураһындағы хәбәр ысынбарлыҡҡа тап килмәй. Был турала Роспотребнадзорҙың төбәк буйынса идаралығында хәбәр иттеләр.

"Идаралыҡ эсәр һыу тәьминәтенең сифаты һәм хәүефһеҙлеген ныҡлы күҙәтеү аҫтында тота. Һыу сығанаҡтарынан һәм таратыу селтәренән даими рәүештә микробиологик, вирусологик һәм санитар-химик күрһәткестәргә пробалар алына. Улар барыһы ла гигиена талаптарына яуап бирә", - тиелә надзор ведомствоһы мәғлүмәтендә.

Роспотребнадзорҙан хәбәр итеүҙәренсә, санитар-эпидемиология хеҙмәтенең яҡшы эшләүе һөҙөмтәһендә Рәсәйҙә холера сире оҙаҡ ваҡыт теркәлмәгән. Башҡортостанда ситтән килеп заралау осрағы 2008 йылда булған. Унда инфекция республикаға ваба буйынса хәлдәр киҫкен булған илдән эләккән. Ауырыу таралыуына юл ҡуйылмаған. "Роспотребнадзор был хәүефле инфекцияны илгә индермәү, уны ил биләмәһенә таратмау өсөн даими эш алып бара", - тинеләр ведомствола.

КИЛЕМДЕ БАҺАЛАҒАНДА...

Мохтаж ғаиләләрҙең килемен баһалағанда мобилизацияға элләгеүселәргә түләнгән аҡсаны иҫәпләмәскә тип тәҡдим иткәндәр.

Был инициатива менән РФ Дәүләт Думаһының Ғаилә эштәре буйынса комитеты башлығы Нина Останина сығыш яһаған, тип белдерә "Известия". Парламентарийҙың фекере буйынса, яңы универсаль пособие булдырғанда ғаиләнең йән иҫәбенә тура килгән уртаса килемде баһалағанда мобилизацияға элләгеүселәрең аҡса довольствиеһын иҫәпкә индермәү ғәҙел буласаҡ. Быға хәтлем 3 йәштән 7 йәшкә тиклемге балаларға пособие түләүҙе тәғәйенләгәндә мобилизация иҫәпкә алынмай тиелгәйне. Иҫегеҙгә төшөрәбеҙ, уны ғариза биреү алдынан 4 ай алдан ғаиләнең бер йыллыҡ эш хаҡы килеме буйынса һанайҙар. Әгәр ҙә ғаилә башлығы быйыл сентябрь айында мобилизацияланһа һәм ҡатыны октябрҙә пособие юлларға ғариза бирһә, социаль түләүҙе ирҙең 2021 йылдың июненән 2022 йылдың майына тиклемге килеме ҡараласаҡ. Әгәр ҙә ғаилә башлығы был ваҡыт арауығында эшләмәйенсә, сентябрҙә хәрби хеҙмәткә алынған осраҡта ғаиләгә пособие түләнмәйәсәк. Әле Рәсәйҙең Хеҙмәт һәм социаль яҡлау министрлығы ошо мәсьәлә буйынса шөғөлләнә.

ИСЛАМ БАНКЫ БУЛАСАҠ

Башҡортостан Рәсәйҙә Ислам банкы эше бойомға ашырыласаҡ дүрт төбәк исемлегенә инде. Был туралағы закон проектының Дәүләт Думаһына тәҡдим ителеүе хаҡында социаль селтәрҙәрҙә Башҡортостан Хөкүмәте Премьер-министры Андрей Назаров яҙҙы.

Ислам финанслауы үҙ эсенә процентһыҙ займ, лизинг, страховкалау, партнерлыҡ принциптары буйынса маҡсатлы финанслауҙарҙы алған финанс продукттары экосистемаһы. Уның төп өҫтөнлөктәре - социаль йүнәлешлелеге, тотороҡло үҫеш концепцияһына яҡын булыуы, шулай уҡ уйын бизнесы алып барыуҙы, алкоголь һәм тәмәке етештереүҙе, займ алыусыларҙан проценттар йыйыуҙы тыйыу. Ҡөрьән буйынса, Аллаһ кешеләргә сауҙа итергә рөхсәт биргән, әммә риба алыуҙы тыйған. Бындай төр хеҙмәттәр күрһәткән банктар кредит биреүҙән түгел, ә инвестицияларҙан килем ала. Тимәк, финанс ойошмаһы партнерлыҡ принциптарына ҡоролған аҡса һалыуҙарҙың һөҙөмтәле булыуын теләй, уның уңышлы эшмәкәрлеге клиенттар менән намыҫлы мөнәсәбәттәр ҡороуға бәйле. Түләүҙе кисектереүгә пеня һәм штрафтарҙы улар шәфҡәтлелек күрһәтеүгә йүнәлтелгән айырым осраҡтарҙа ғына талап итергә мөмкин.

Был шарттар менән ҡулланыу өсөн мосолман булыу талап ителмәй. Ислам банктары - донъяуи коммерция структуралары. Унда ҡулланыусылар дини ҡараштары буйынса түгел, ә был системаны ғәҙел һәм үҙҙәренә тап килә тип тапҡандары өсөн мөрәжәғәт итә. Иҡтисад күҙлегенән был инвестиция аҡсаһы йәлеп итеү, шәхси финанс партнерлығын үҫтереү сараһы. Аҡса ысын тармаҡтарға - төҙөлөш, сәнәғәт, ауыл хужалығы һ.б. йүнәлтелә.

"Ислам банк эше уңышһыҙ инвестициялар хәүефен кредит ойошмаһы һәм заем әйәһе араһында тигеҙ бүлергә мөмкинлек бирә, ә көрсөк шарттарында бындай аҡса һалыу ысулы иң тотороҡлоһо иҫәпләнә. Бынан тыш, ул сит илдәрҙәге Ислам баҙарҙарынан инвестициялар йәлеп итергә ярҙам итә, шул иҫәптән тиҙҙән беҙ рәсми делегация һәм бизнес-миссия менән барасаҡ Ирандан да", - тип билдәләне БР Хөкүмәте Премьер-министры Андрей Назаров.

МИЛЛӘТ ТУРАҺЫНДА ФИЛЬМ

Башҡортостанға Рәсәйҙең Милләттәр эштәре буйынса федераль агентлыҡ заказы менән "Национальность.ru" тревел-проекты командаһы килгән. Был проекттың маҡсаты - Рәсәй территорияһында йәшәгән халыҡтар вәкилдәре менән осрашып, улар аша милләтте төрлө яҡлап асыу, этник мәҙәниәтте йөрөтөүселәр аша илдең бай мәҙәни мираҫын күрһәтеү.

Тапшырыу Өфө, Белорет һәм Учалы районында төшөрөлгән. Проектты алып барыусы - блогер, театр һәм кино артисы Екатерина Мускатина. "Национальность.ru" тапшырыуының Башҡортостанға бағышланған сығарылышы геройҙары - тарихсы, филология фәндәре кандидаты Искәндәр Сәйетбатталов, республика Халыҡ ижады үҙәгенең генераль директоры Артур Әлибәков, костюмдар буйынса рәссам, этнограф Сәлимә Усманова, Инйәр ауылындағы "Урал" этнокафеһының профессиональ ашнаҡсыһы Рита Йомаҙилова, Алиса менән Ринат Рамазановтарҙың ижади ғаиләһе, Учалы районының "Йәйғор" өлгөлө фольклор ансамбле, Учалы филармонияһының бейеү ансамбле артистары, ҡурайсы Дим Мөжәиров һәм Учалы уҡсылары. Тапшырыуҙы "Национальность.ru" проектының YouTube-каналында ҡарарға була.

БАШ ҠАЛА ХӘБӘРҘӘРЕ

✓2022 йылдың көҙөндә "Йәшел Башҡортостан" экология акцияһы мәлендә Өфөнөң коммуналь хеҙмәттәре 3365 төп ағас һәм 17 529 ҡыуаҡ ултыртҡан. 24 сентябрҙә үткән берҙәм ағас ултыртыу көнөнә 1570 ағас һәм 812 ҡыуаҡ тура килә. "Горзеленхоз" муниципаль бюджет ойошмаһы үҙе тәрбиәләгән объекттарҙа (парктар, скверҙар) 285 ағас һәм 66 ҡыуаҡ ултыртҡан. Баш ҡала биләмәһендә 18 яңы аллея булдырылған, уларҙа 700-ҙән ашыу ағас үҫәсәк.

✓Өфө хакимиәте ҡарамағында техник тәьминәт хеҙмәте булдырыла. Яңы орган Өфөнөң 450 йыллығына объекттар төҙөү мәсьәләләре менән шөғөлләнергә тейеш. Өфө ҡала Советы депутаттары был ҡарарҙы хупланы. "Техник тәьминәт хеҙмәте ҡала хакимиәтенең структура подразделениеларын ҡайтанан бүлеү иҫәбенә ойоштороласаҡ. Был иһә муниципаль хеҙмәткәрҙәр һанының һәм бюджет сығымдарының үҙгәреүенә килтермәй", - тине вице-мэр Сергей Кожевников.

✓Өфөнөң граждандарҙы һаҡлау идаралығы начальнигы урынбаҫары Александр Григорьев Business FM Өфө студияһында бомбанан һаҡланыу урындары тураһында хәбәр итте. Уның һүҙҙәре буйынса, бындай объекттарҙың ҡайҙа урынлашыуы сикләнгән мәғлүмәт булып тора. Әгәр ҙә кәрәк тип табылған ваҡыт етһә, халыҡҡа һаҡланыр өсөн бомбанан йәшенеү урындарының адрестарын әйтәсәктәр. Был эшкә торлаҡ-файҙаланыу ойошмалары, йорттар һәм подъездар буйынса старосталар, баш ҡаланың һаҡланыу һәм ышыҡланыу урындары хеҙмәте йәлеп ителәсәк.

✓Өфөлә ишетеү һәләте боҙолғандар араһында "DeafSkills-2022" II һөнәри оҫталыҡ милли чемпионаты асылды. Тантанала Башҡортостан Башлығы Радий Хәбиров та ҡатнашты. Рәсәйҙә әле ишетеү мөмкинлеге сикләнгән 150 мең кеше йәшәй, уларҙың 5 меңдән ашыуы - Башҡортостанда. Һаңғырауҙарҙың Бөтә Рәсәй ойошмаһы президенты, Бөтә донъя федерацияһы советы ағзаһы Станислав Иванов белдереүенсә, ишетеү һәләте боҙолғандарҙың барыһы ла уңышлы социаллләштереүгә, шул иҫәптән һөнәри яҡтан үҫешкә мохтаж.

"БАШИНФОРМ" материалдары файҙаланылды.

✓ *Барлыҡ "Аҡыллы туҡталыштар" ҙа интернетҡа тоташтырылған, һөҙөмтәлә йәмәғәт транспортының ҡасан килеүе электрон таблола күренеп тора. Әммә вандалдар көн һайын туҡталҡаларға зыян килтерә.*

...ҒӘҘӘТТӘРЕ КҮРКӘМ

ТУРИСТАР ӨФӨГӘ АҒЫЛА

OneTwoTrip компанияһы белгестәре ҡулланыусылар мәғлүмәттәре буйынса ноябрҙә Башҡортостандың Рәсәйҙәге 10 иң популяр туристик йүнәлеше рейтингына инеүен белдерә. Ә республикаға килеүселәр иң элек уның баш ҡалаһы менән таныша.

● Ә хәҙерге Өфө - Урал алдының бай тарихлы тиҙ үҫешеүсе мегаполисы, эре сәнәғәт, фәнни-белем биреү, спорт һәм мәҙәни үҙәге. Башҡортостандың баш ҡалаһын йылғалар һәм урмандар урап алған, ҡала үҙе лә, йыл һайын ҡарт ағастарҙы ҡырҡып, улар урынына яңыларын ултыртыу һөҙөмтәһендә, йәшеллеккә төрөнгән. Бында матур һәм төҙөкләндерелгән парктар, скверҙар, шулай уҡ архитектура һәйкәлдәре һәм тарихи урындар бик күп, ҡала йылдан-йыл ял итеү өсөн уңайлы була бара. Шулай уҡ унда төрлө ҙур саралар: иҡтисади форумдар, мәҙәни фестивалдәр, спорт ярыштары, киң күләмле фәнни конференциялар үтеп тора.

● Өфө ҡалғаһенә нигеҙ һалыныуҙың 450 йыллығы уңайынан баш ҡалаға көньяҡтан ингәндә "Көньяҡ ҡапҡалары" территорияһын комплекслы төҙөү буйынса ҙур проект тормошҡа ашырыла. Уның бер өлөшө булып генерал Рыленко һәм Пугачев урамдары киҫелешендәге транспорт сиселеше тора. Проект буйынса ул ике кимәлле буласаҡ. Уның беренсе этабында юл-төҙөлөш эштәре зонаһына тура килгән коммерция һәм торлаҡ күсемһеҙ милеге, барлығы 82 участка (176 милексе) һүтеләсәк. Әлеге ваҡытта бина һәм йорттарҙың, ерҙең баҙар хаҡы билдәләнә.

● Шулай уҡ Ленин урамында Пушкин урамынан Киров урамына тиклем арауыҡта башҡа эштәр менән бер рәттән, электр һәм бәйләнеш селтәрҙәре линияһы үҙгәртелә, сымдар һәм башҡа коммуникациялар хәҙер ер аҫтынан үтәсәк. Был эш 2022-2023 йылдарҙа башҡарыласаҡ. Шулай уҡ йәйәүлеләр зонаһында еңел автомобилдәрҙе парковкалауға юл ҡуймау өсөн юлға сығып торған киртләстәр эшләнә. Һөҙөмтәлә бындай урындарҙа транспорт тиҙлеген кәметергә мәжбүр була.

● Ҡаланың тарихи үҙәге булған Октябрь революцияһы урамында мәҙәни мираҫ объекттары һәм юлдар реконструкцияланасаҡ. Бында ла төбәк адреслы программаһына ярашлы торлаҡ йорттарҙа йәшәүсе граждандар күсерелә. Исемлеккә ингән 47 өйҙөң 36-һы мәҙәни мираҫ объекты булып тора. Әле 24 йортта йәшәүселәр күсерелгән. Бушаған биналарҙы реставрациялау һәм заман талаптарына ярашлы ҡулланыуға тапшырыу өсөн конкурс процедураһы әҙерләнә.

● Урамды яңыртыуға килгәндә, ул Ленин урамынан алып Сочи урамына тиклем 1,8 километр арауыҡты үҙ эсенә ала һәм проект ике этапта тормошҡа ашырыласаҡ. Беренсе этапта Ленин урамынан Салауат Юлаев проспектына тиклемге 1,3 километр ара яңыртыласаҡ. 19 октябрҙә төҙөлөш-монтаж эштәрен башлау өсөн "Дортрансстрой" яуаплылығы сикләнгән ширҡәт менән муниципаль килешеү төҙөлгән.

● Әлеге ваҡытта Өфө биология институты Октябрь революцияһы урамындағы ағастарҙың һәм башҡа үҫемлектәрҙең торошон тикшерә. Дендроплан төҙөү менән шөғөлләнә. Һығымта яһалғандан һуң, тикшереү һөҙөмтәләре йәмәғәтселеккә еткереләсәк. Юл эштәре тамамланғас, экологик акциялар барышында урамға эре ағастар ултыртыласаҡ һәм башҡа йәшелләндереү эштәре башҡарыласаҡ. Әле эре ағастар өсөн 200 урын ҡаралған. 2023 йылдың яҙында эш майҙанында махсус ойошма археологик эштәр алып барасаҡ. Уларҙың отчетынан һуң подряд ойошмаһы эш башлаясаҡ. Реконструкцияның беренсе этабын 2024 йылда тамамлау планлаштырыла.

● Туристарҙы йәлеп итеүҙә шулай уҡ йәмәғәт транспорты һәм уларҙы көтөү павильондары ла мөһим роль уйнай. Сөнки үҙаллы хәрәкәт итергә теләүселәр ҡыҫҡа ваҡытта күп урындар менән танышырға, кәрәк ваҡытта гаджеттарын зарядкаға ҡуйып алырға теләй. Бөгөн баш ҡалала 1280 туҡталҡа бар, уларҙың 144-е берҙәм технологик принцип буйынса эшләнгән. Яңы павильондар светодиод яҡтыртыу сығанаҡтары, видеокамералар, ашығыс хеҙмәттәрҙе саҡырыу төймәһе, кеҫә телефондарын зарядкалау функцияһы менән йыһазландырылған. Барлыҡ "Аҡыллы туҡталыштар" ҙа интернетҡа тоташтырылған, һөҙөмтәлә йәмәғәт транспортының ҡасан килеүе электрон таблола күренеп тора. Әммә бындай уңайлылыҡ бәғзеләргә оҡшап етмәй, күрәһең, сөнки вандалдар көн һайын туҡталҡаларға зыян килтерә. Мәҫәлән, туҡталҡаларҙа ватылған оператив хеҙмәттәрҙе саҡырыуҙың 14 төймәһен ремонтлау мөмкин булһа, 16 төймәне бер нисек тә тергеҙеп булмай. Ватылған электрон таблоларҙың иһә 7-һе тергеҙелһә, һигеҙе ремонтлана.

Бәлки, берәй заман беҙ ҙә тәртипкә, кеше эшен хөрмәтләргә, булғандың ҡәҙерен белергә өйрәнербеҙ. Ә әлегә, вандаллыҡҡа һәм башҡа етешһеҙлектәргә ҡарамаҫтан, туристар Башҡортостанға, Өфөгә ағыла...

ҺОРАУ-ЯУАП

КРЕДИТ КАНИКУЛДАРЫ ҺӘМ...

➔ Башҡарма эште туҡтатыу өсөн өлөшләтә мобилизациялау нигеҙ була аламы?

- РФ Ҡораллы Көстәренә йәки РФ ҡануниәтенә ярашлы ойошторолған ғәскәрҙәргә һәм хәрби формированиеларға хеҙмәткә саҡырылған хәрби хеҙмәткәрҙәргә ҡарата башҡарма эш бурыслының үтенесе буйынса тулыһынса йәки өлөшләтә туҡтатылырға мөмкин. Башҡарма эште туҡтатыу тураһында нисек ғариза бирергә була?

- хәрби комиссариаттарҙың саҡырыу пункттарында,

- суд приставтарының башҡарма эш ҡуҙғатылған структура бүлексәһенә,

- Федераль суд приставтары хеҙмәтенең Башҡортостан буйынса баш идаралығының интернет-ҡабул итеү бүлмәһе аша: r02.fssp.gov.ru/ir,

- Дәүләт хеҙмәттәрендә: www.gosuslugi.ru/structure/10000001012

Башҡарма производствоны туҡтатыуҙы һорап яҙылған ғариза мобилизацияланырға тейешле бурыслының үҙенән һәм уларҙың яҡын туғандарынан ҡабул ителә.

➔ Юғалған хәрби билетты тергеҙеү өсөн ниндәй документтар кәрәк?

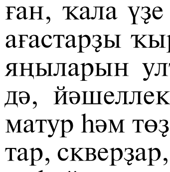
- Юғалған хәрби билетты тергеҙеү өсөн үҙегеҙ иҫәптә торған хәрби комиссариатҡа мөрәжәғәт итеү зарур. Үҙең менән паспорт һәм хәрби билетыңды юғалтыу тураһында полициянан белешмә килтереү мотлаҡ. Белешмә алыу өсөн полицияға хәрби билеттың юғалыуы тураһында ғариза яҙырға кәрәк.

➔ Айырылышыуға ғариза яҙғандан һуң ирҙе мобилизацияға йәлеп итһәләр, нимә эшләргә?

- Әгәр айырылышыу тураһындағы ғариза ЗАГС бүлегенә бирелһә, берегеҙ генә килһә лә, һеҙҙе айырасаҡтар. Әгәр ғариза мировой судьяның суд участкаһына бирелһә, бер ай үткәс, уны тағы ла бер айға оҙайтыуҙары йәки айырылышыу тураһында ҡарар сығарыуҙары мөмкин. Артабан суд ҡарарын айырылышыу тураһында таныҡлыҡ алыу өсөн ЗАГС бүлегенә тапшырырға кәрәк. Әгәр ғариза район судына бирелһә, эш тормош иптәшенең ҡатнашлығынан тыш ҡаралырға мөмкин. Был осраҡта тормош иптәше уның ҡатнашлығынан тыш эште ҡарауға риза булыуы тураһында ғариза бирергә тейеш. Ғаризаны шәхсән үҙе яҙып, уҡыған еренән йәшәгән ҡалаһына/районына ирекмәндәр аша ебәрергә мөмкин. Әгәр мобилизацияланған граждан хәрби часҡа ҡушылһа, уның ҡултамғаһын часть командиры раҫлай ала һәм ғариза ниндәй ҙә булһа ысул менән судҡа ебәрелергә мөмкин.

Өлөшләтә мобилизация тураһындағы иң көнүҙәк һорауҙарға яуаптарҙы республика Хәрби комиссариаты менән берлектә Башҡортостан Республикаһы менән идара итеү үҙәге әҙерләгән чат-ботта: t.me/Mobilizacia_Bash_Bot табырға мөмкин.

Х А Л Ы Ҡ Д А У А Һ Ы



Был рубрикала баҫылған кәңәштәрҙе ҡулланыр алдынан мотлаҡ табип менән һөйләшергә, аныҡ диагноз ҡуйырға, үләндәргә аллергия юҡлығын тикшерергә кәрәклекте онотмағыҙ.

Быуындар елһенеүе

❖ Мәрүәр (бузина) һәм шифалы ромашка сәскәләрен бер тигеҙ өлөштә алып ҡушырға һәм шуның өҫтөнә ҡайнар һыу һалып, ауыртҡан урынды ҡапларға. Һыҙлау баҫылмайынса сәскәләрҙе алмаҫҡа.

❖ Әстерхан сәтләүегенең (грецкий орех) ҡабыҡ эсендә бүлкәләр барлыҡҡа килтергән эслеген 1 стакан итеп алып, өҫтөнә 2 стакан һыуыҡ һыу ҡойорға. Ҡайнар хәлгә еткерергә, шунан тағы 15-20 минут талғын утта тотоп, алырға һәм ҡапҡас ябып, ике көн төнәтергә. Шунан төнәтмәне һөҙөргә һәм ҡара быялалы һауытҡа күсереп ҡойорға. Был төнәтмә менән көнөнә ике тапҡыр - иртәнсәк һәм йоҡлар алдынан - һыҙлаған быуындарҙы ыуырға.

Тоҙ ултырыу

❖ Сәскә атып ултырған көнбағыштың башын ҡырҡып алырға һәм ит турағыста ваҡларға. Кер һабыны киҫәген эре ҡырғыс аша үткәрергә. Шуларҙы быяла һауытҡа һалып, 0,5 литр араҡы ҡойорға һәм һауыттың ауыҙын йым ҡапҡас менән ябырға. 15 көн йылы урында төнәтергә. Ҡулланырҙан алда төнәтмәне болғатырға. Шуның 2 ҡалағын һыу боҫонда тотоп йылытырға һәм йылы көйөнсә һыҙлаған урындарға ыуып, төрөнөргә. Был рәүешле йоҡлар алдынан дауаланыу яҡшы. Хәл яҡшырғансы дауам итергә.

Мускулдар атрофияһы

❖ Был ауырыуға организмда кальций етешмәүе лә сәбәпсе булыуы ихтимал. Был осраҡта 6 аҡ ҡабыҡлы яңы тауыҡ йомортҡаһын йыуып, бөтөн көйөнсә быяла һауытҡа һалырға һәм уртаса ҙурлыҡтағы 10 лимонды йыуып, йомортҡалар өҫтөнә һутын һығырға. Шунан һауытты үтә күренмәҫлек ҡара ҡағыҙ менән урарға, ә ауыҙына марля ҡапларға. Шул рәүешле йылы урында 5-8 көн тоторға. Ошо осорҙа йомортҡаның ҡабығы иреп бөткәс, уларҙы һытмаҫ өсөн һаҡлыҡ менән һауыттан алып ташларға. Шунан һауытҡа 200 мл коньяк һәм 300 грамм йылытылған бал өҫтәргә. Ҡатышманы һалҡын, ҡараңғы урында һаҡларға. Ашағандан һуң көнөнә 3 тапҡыр 1-әр десерт ҡалағы эсергә.

Ғәлиә ШӘМСИЕВА әҙерләне.

✓ *Ә нимәне аңлата ул "көбәк" һүҙе? Боронғо телебеҙҙән хәҙергеһенәауҙарһаҡ, "көбәк" һүҙе "көсөк" ("эт көсөгө") була. Тимәк, "өй көбәге" хәҙерге телебеҙҙә "өй көсөгө" тигәнде аңлата.*

ЙОЛАНДАН ЙҮН ТАП!

АҒАС ҺАУЫТ-ҺАБА

Ҡаҙ бүлеү һәм бешерелгән итте һалып биреү өсөн ҡоштабаҡ, ҡоштаба тип йөрөтөлгән киң төплө ваҡ һауыт-һаба ла эшләгәндәр. Ҡунаҡтарҙы һыйлағанда эйенке ҡырҙарына бер нисә урынға тоҙ һалғандар.

Сеүәтәләрҙең күп төрҙәре күскенсе малсылар мәҙәниәте формалашҡан осорҙа барлыҡҡа килгән. Ҡымыҙ туҫтағын "аяҡ" тип атау Алтын Урҙа-ҡыпсаҡ терминдарына ҡарай. Ул башҡорттарҙан тыш ҡаҙаҡ, ҡырғыҙ, нуғай, хакас, бүрәт, ҡалмыҡ һәм башҡа халыҡтарҙа осрай. Шулай уҡ "табаҡ" тигән атама ла киң таралған, уның сығышы Иранға ҡайтып. Ҡайһы бер халыҡтарҙа "астау", "тостаган" (ҡаҙаҡ), "чара", "шара" (ҡырғыҙ, ҡаҙаҡ) тигән туҫтаҡтар, "ожау" (ҡаҙаҡ) тигән ҡымыҙ ҡоя торған ижау йәки ҡалаҡтар һәм бүтән төр һауыт-һаба бар. Күреүегеҙсә, соҡоп яһалған тәпән, кунәк, көбөләрҙең атамалары төрки сығышлы (ҡаҙаҡтарҙа "көнек", ҡырғыҙ һәм ҡаҙаҡтарҙа "челек", "шелек", ҡаҙаҡ һәм нуғайҙарҙа "күбі", "куьби"). Бында бер нисә миҫал ғына килтерелде. Сағыштырма анализ махсус тикшеренеүҙәр талап итә. Был оҡшашлыҡтар төркиҙәрҙә (атап әйткәндә, башҡорттарҙа) ағас һауыт-һаба эшләү боронғо мәҙәни традицияларға бәйле булыуы хаҡында һөйләй. Әммә әйберҙәрҙең формаһы һәм биҙәлеше ваҡыт үтеү менән яйлап айырым этник үҙенсәлектәр ала.

Рәсәйҙә, шул иҫәптән Уралда ла үҫеш алған токарлыҡ-ҡашығаяҡ етештереү эше башҡорт ағас оҫталарын да йәлеп итә. Был XIX быуат аҙағынан алып Ағиҙел йылғаһының арьяғындағы урта ағымында урынлашҡан Архангел, Өфө өйәҙенең Бүләкәй-Көҙәй һәм Ҡалсыр-Табын улустарында бигерәк әүҙем таралған. Беренсе донъя һуғышына тиклем Ҡауарҙы һәм Имәндәш ауылдарында ҡырылған ҡашығаяҡты 80 хужалыкта етештергәндәр. Туҫтаҡ һәм башҡа әйберҙәрҙе эшләү буйынса Терекле ауылы тағы бер шундай үҙәк булған. 12 аршынлыҡ йүкә бүрәнәһенән гәҙәттә 30-ҙан 60-ҡа тиклем сеүәтә эшләгәндәр. Кәсептең ниндәй ҡолас менән үҫешеүен күҙ алдына килтереү маҡсатында статистика мәғлүмәттәрен ҡарау ҙа етә: бер оҫтахана йылына 500-ҙән 3000-гә тиклем ағас туҫтаҡ етештергән.

Ҡырыу станогында яһалған һауыт. Т.К. Сурина фотоһы

Ваҡ һәм сөңкә туҫтаҡтар, ялғаш һәм табаҡтар ауылдарҙа XX быуат үткәнсе һаҡланып килгән. Балалар өсөн тәғәйенләнгән ҙур булмаған тәрилкәләр ҙә, ҡырыу станогында эшләнгән ҡымыҙ өсөн туҫтаҡ-касалар ҙа осраған.

Светлана ШИТОВА.
"Башҡорттарҙа ағас семәрләү һәм биҙәк төшөрөү" китабынан.

ТЕЛ ТӨБӨ - ХАЗИНА

ӨЙ ТӨБӘГЕМЕ, ӘЛЛӘ ӨЙ КӨБӘГЕМЕ?

Ә "Киске Өфө" гәзитенең быйылғы 36-сы һанында яҙыусы Иҙрис Мөҙәрис улы Ноғмановтың тәрән эстәлекле, мәғлүмәттәргә бай, матур телле интервьюһын диҡҡәт менән уҡып сыҡтым. Авторҙың теле бай, ягымлы, ысын башҡортса. Күренеп тора - ул башҡортса уйлай һәм башҡортса яҙа.

Һуңғы ваҡытта һөйләмдәрен урыҫ стилистикаһы ҡанундары буйынса төҙөп, аҙаҡ башҡортсаға ауҙарғаны ярылып яткан яҙмалар күбәйҙе. Бындай күренеш туған телебеҙ өсөн борсолған һәр беребеҙҙе хафаландырырға тейеш. Был йәһәттән, Иҙрис Мөҙәрис-Ноғмановтың саф башҡорт телендә уйланғаны күренеп тора һәм уҙ тыуған теленә иғтибарлы, ихтирамлы булғаны һәр кемде һөйөндөрөр, тип уйлайым.

Фәрзәнә Аҡбулатова менән ҡорған әңгәмәне ҡыуанып уҡып сыҡтым. Иҙрис Мөҙәрис-Ноғманов үҙенең ауылынан йыраҡтарға китеп өйрәнмәүен, хатта теләмәүен аңғартып: "Мин өй төбәге", - ти. Бәлки, Әбйәлил районында "өй төбәге" тигән һүҙбәйләнеш барҙыр, әммә үҙемдең Баймаҡ яҡтарында һәм башҡа төбәктәрҙә лә өйҙән алыҫҡа китергә, йәки кеше менән бигүк аралашып бармайынса, өйҙә йәки урам эсендә генә уйнаған балаға элегерәк "өй көбәге" (өйгөбәге) тиҙәр ине.

Башҡорт тел белеменең орфоэпика ҡанундарына ярашлы, был "өй көбәк" "өйгөбәк" булараҡ яңғырай. Был ике һүҙҙең "өй" өлөшөнә аңлатыу кәрәкмәй, уныһын бөтәһе лә белә. Әммә "көбәк" өлөшөнә аңлатыу кәрәктер. Сөнки замана балаларының был һүҙҙе белмәүе лә бар. Хәҙер был һүҙ беҙҙең телебеҙҙә ҡулланылмай тиерлек. Әммә ҡайһы бер төрки телле халыҡтарҙа ул әле лә ҡулланыла. Ә нимәне аңлата ул "көбәк" һүҙе? Боронғо телебеҙҙән хәҙергеһенә ауҙарһаҡ, "көбәк" һүҙе "көсөк" ("эт көсөгө") була. Тимәк, "өй көбәге" хәҙерге телебеҙҙә "өй көсөгө" тигәнде аңлата. Йәғни, өйҙән алыҫҡа китмәй, әсәһе итәгенән айырыла алмаған, өйҙә генә ултырған балаға әйтә торғайнылар ул һүҙҙе.

Баймаҡ районының Иҫке Сибай ауылының бер өлөшөн ауыл халҡы "Карагөбәк" ("Кара көбәк") тип атай. Был атаманы хәҙерге телебеҙгә әйләндергәндә мәғәнәһе - "Ҡара көсөк" ("Карагөсөк") була. Ҡара диңгеҙ буйында борон көн иткән ҡыпсаҡтарҙың бер ханының исеме Көбәк булған. Уны урыҫ яҙмаларында Кобяк тип телгә алалар. Кем тарих менән ҡыҙыҡһына, ул Кобяк хан тураһында ишеткәне йәки уҡығаны барҙыр, тип уйлайым. Урыҫтың Кобяков фамилияһының килеп сығышы ла шул уҡ төрки "көбәк" (көсөк) менән бәйле. XVIII быуаттағы эрелеваҡлы башҡорт ихтилалдарына етәкселек итеүселәрҙең береһе Көбәк батыр булғанлығы ла билдәле. Башҡорт халыҡ йырҙарын өйрәнеүсе оло белгес, билдәле фольклорсы Салауат Галиндың хеҙмәттәрендә Көбәк батырға арналған халыҡ йыры тураһында телгә алына.

Иҙрис Мөҙәрис-Ноғмановты Баймаҡ яҡтарында "Өй көбәк" (Өйгөбәк) тип атарҙар ине. Халыҡ донъяла тере икән, уның теле лә бер туҡтауһыҙ үҫештә була. Шул тарихи юлда ҡайһы бер һүҙҙәр онотола һәм телдән төшөп ҡала, ә ҡайһы берҙәре тәүге мәғәнәһен үҙгәртеп, бөтөнләй икенсе нәмәне аңлата башлай. Көбәк һүҙе лә онотола яҙған һүҙ һәм баяғы "өй көбәк" тигән һүҙбәйләнештә унда-бында ҡулланыла әле. Телебеҙ, шағир яҙғанса, "бай ҙа, ягымлы ла", тик уға иғтибарлыраҡ булһаҡ ине, тигән теләк менән бөтөрәм был бәләкәй генә яҙмамды.

Закирйән ӘМИНЕВ,
этнограф.

МӘҒАРИФ

АСЫҠ ДӘРЕС...

шағир көндәлегенә арналды

Мәғариф ойошмаларының эшенә быйыл тәрбиәүи әһәмиәткә эйә бик күп яңылыҡтар индерелде. Бигерәк тә мәктәп уҡыусыларын йәлеп иткән илһөйәрлек дәрестәре күптән көтөлгәндәрҙән булды. Республикаһың урта һөнәри белем биреү өлкәһендә эшләүсе педагогтар ҙа был йәһәттән ҡалышмай: яңынан-яңы ҡыҙыҡлы проекттарға нигеҙ һалынып тора. Шуларҙың береһе - ошо көндәрҙә Өфө сауҙа-иҡтисад колледжының "Асыҡ дәрестәр" проекты сиктәрендә "Родина" кинотеатры менән берлектә ойошторған "Рәми дәресе" булды.

Колледж бындай форматтағы асыҡ дәресте тәүге тапҡыр үткәрҙе һәм киләсәктә даими сараларҙың береһенә әүерелдерергә ниәттәре бар. "Рәми дәресе" барышында колледждың башҡорт теле һәм әҙәбиәте буйынса яҡшы уҡыған, юғары уңыштарға өлгәшкән бер төркөм төрлө курс студенттары кинотеатрҙа яңы ғына экрандарға сыҡҡан "Шағир көндәлеге" фильмын ҡараны һәм уның авторҙары - режиссер Булат Йосопов, сценарист Гөлсәсәк Саламатова менән аралашты, тәьҫораттарын уртаҡлаштылар, һорау ҙа бирҙеләр. "Йәш тамашасыларҙың фекерҙәрен белгем, уларҙы тыңлағым килгәйне. Мин уларҙың булмышына Рәми Ғариповтың шундай ижади, асыҡ образы йоғонто яһауын бик теләйем. Йәштәр унан үрнәк алһын ине. Бөгөн улар фильмды ҡабул итеүен күреп шатландым", - тине осрашыуҙан һуң кинокартинаның режиссеры Булат Йосопов.

Әйткәндәй, студенттар фильмды ҡарарҙан алда Рәми Ғариповтың көндәлектәрен уҡырға алған, күптәре шиғырҙарын яттан белә. Мәҫәлән, 3-сө курста белем алған Динә Нәбиуллина, 1-се курс студенты Әлиә Мораташина Башҡортостандың халыҡ шағиры ижадын ярата. Ә бына 2-се курста белем алған Ирәндек Собханғоловҡа "Шағир көндәлеге" фильмы бик оҡшаған. "Башҡорт халҡының бөйөк шағиры тураһында фильм-биографияны беренселәрҙән булып ҡарай алыуыма шатмын. Бының өсөн колледж етәкселегенә һәм уҡытыусыларыбыҙға рәхмәт. Рәми Ғарипов - һәр кемдең күңеленә ята торған шағир, уның ижады илһамландыра. Ә бына фильмдан уны тағы ла маҡсатлы шағир, тип белдек. Ул донъяның матурлығын яраткан йүкәләре аша, ҡоштар һайрауында ла күрә белгән, ябай ғына әйберҙәрҙән ҡыуаныс тапҡан кеше. Көндәлектәрен уҡып сыҡҡас, мин уның ошо оптимист сифаттары ла фильмда сағылыр, тип уйлағайным", - тип фекерҙәре менән уртаҡлашты Ирәндек.

Өфө сауҙа-иҡтисад колледжының "Асыҡ дәрестәр" проекты артабан да дауам ителәсәк. Был хаҡта уҡыу йортоноң директоры Ришат Сабитов ышанаслы итеп белдерҙе. Тәү сиратта "Родина" кинотеатры менән килешеү төҙәлә, унан инде башҡортса төшөрөлгән фильмдар, әкиәттәр, сериалдар студенттарҙың иғтибарына тәҡдим ителәсәк һәм фәһемле әңгәмәләр, ҡыҙыҡлы осрашыуҙар ойошторолаcаҡ. Был эштә етәксегә колледж педагогтары Роза Алғушаева, Гөлнара Шәйхелисламова, Гүҙәл Назарова, Регина Ғайсина, Эльвира Рәхимова, Зөлфиә Хафизова терәк, ярҙамсы, күтәрмәләүсе булып тора. "Киләсәктә бындай асыҡ дәрестәр республика кимәлендә үткәрелер, башҡа колледждар менән берлектә ойошторолған ҙур проектка әүерелер, тип өмөт бағлайбыҙ. Әле был эштең башланғысы ғына һәм балаларҙа башҡорт әҙәбиәтенә, сәнғәтенә, тарихына ҡыҙыҡһыныу уятыу, патриотик тәрбиә биреү - төп маҡсат. Башҡорт кинематографияһында йәштәргә күрһәтерлек күркәм өлгөләр байтаҡ, уларҙың күбеһе интернет селтәрендә иркен ҡулланыуҙа булыуға ҡарамаҫтан, бөтәһе лә ҡарап-белеп бармай. Хатта "Беренсе республика" фильмын ҡарамаған йәштәр барлығын асыҡланыҡ. Шуға күрә, колледждың башҡорт теле һәм әҙәбиәте уҡытыусылары уҡыу пландарына ярашлы темаларҙы билдәләп, кинотеатрҙа фильм ҡарау, аҙағынан йөнле аралашыу ойоштороу тәжрибәһен даими эшебеҙгә әүерелдереү матур бер йолабыҙға әйләнер", - тине Ришат Хажғәли улы.

ШУЛАЙ ИТЕП...
Өфө сауҙа-иҡтисад колледжында белем алған йәштәр һөнәрҙәре буйынса әҙәбиәт һәм сәнғәттән бер аҙ ситтә торһа ла, уларҙың көнкүлдәрендә матурлыҡҡа һәм ижадҡа ынтылыш, рухи тәрбиә биреүҙә хәстәрләп торор уҡытыусылары бар. "Асыҡ дәрестәр" проекты ла тап шул маҡсатҡа хеҙмәт иткән сараларҙың береһе һәм "Рәми дәресе" менән башланып киткән икән, шағирыбыҙ кеҙек кешелекле, намыҫлы, эшһөйәр, гүзәллек көрәшселәре булыр шәхестәрҙе үҫтереүгә юл асһын.

Сәриә ҒАРИПОВА.

"Киске Өфө" гәзитенең махсус бите

32

Шифа

29 октябрь - 4 ноябрь (ҡарасай - ҡырпағай)

2022 йыл

№43 (1033)

ӘЙТЕМСӘЛӘР

ҺАУЛЫҠ - ҘУР БАЙЛЫҠ

Рух сәләмәтлеге

Тынғыһыҙ замандарҙа тынғыһыҙ кеше генә уңышҡа ирешә ала, тиҙәр. Ә психологтар тыныс кеше тыныраҡ эшләгәндә эш уңышлыраҡ сыға, ти. Тынғыһыҙҙың ғүмере ҡыҫҡараҡ, тыныстыҡы оҙонораҡ булыр, ти улар. Ашыҡҡан ашҡа бешер, ашыҡмаған эшен бөтөрөр, тигәндәре, бәлки, шулдыр.

* * *

Ығы-зығы, ашығыу, тынғыһыҙлыҡ кеше һаулығын ҡаҡшата шул.

Тыныстар, вайымһыҙыраҡтар, эшкә һәлмәктәр оҙон ғүмерлерәк.

Оҙон ғүмер һөрөп, шып-шым йәшәп, тып-тын донъя ҡуйыуҙан ни мәғәнә?

* * *

Ығы-зығыларҙан, ваҡ-төйәк эштәрҙән арыныу әҙәмгә, әлбиттә, өҫтәмә ваҡыт, тыныслыҡ өҫтәй торғандыр.

Шуларҙы нимәгә, ни өсөн файҙаланмаҡ, шундалыр төп хикмәт.

* * *

Йогтарҙың хатха-йогу тигән бер күнекмәләре бар.

Улар шуның менән билдәле бер ваҡытта ота, уны ниндәйҙер бер файҙаға тота. Отоуҙан отоу ярала.

Рухы һауҙың - тәне һау.

Кешенең һаулығы һәм һауығыуы иң беренсе сиратта рух һаулығынан һәм рухты һауыҡтырыуҙан башланыр.

Рухы һау йән һәм тән ауырыуҙарын да еңелерәк еңер.

Рух һаулығы тән һаулығын һаҡлашыр.

Ҡарамаҡта былар ниндәй ябай, әммә тәрән мәғәнәле төшөнсәләр.

Төшөнсәләр генәме ни - һау йәшәү ҡануны, һаулыҡ кодексы улар.

Шуларҙы ысынлап тороп аңлай һәм тормошта гел тота алһаҡ, барыбыҙ ҙа һап-һау булыр инек бит.

* * *

Тәнде түгел, рухты дауалауҙан башларға кәрәк, тип врачтар һис юҡҡа әйтмәй ҙабаһа.

Рухы ныҡтың - тәне ныҡ, рухы һауҙың - тәне һау.

Тән ауырыуын рухты һауыҡтырыу менән тиҙерәк еңергә мөмкин.

Был хәҡиҡәтте боронғо аҡыл эйәләре, табиптар әлмисаҡтан тапҡан, ҡулланған, әҙәмдәрҙе һауыҡтыра килгән.

Беҙ үҙебеҙ генә шуны белмәү йә тейешенсә иғтибарламау, ҡулланмау арҡаһында һаулығыбыҙҙы иртә юғалтабыҙ, төрлө ауырыуҙарға һабышабыҙ түгелме һуң?

Барыһы ла үҙебеҙҙән тора

Врачтар күберәк ауырыуҙың үҙен дауалау менән мәшғүл. Ә байтаҡ ауырыуҙар дауаға ғына барешмәй. Бындай саҡта, бигерәк тә ауырыуҙың үҙен дауаларҙан алда, сирҙе тыуҙырған сәбәптәрҙе белергә һәм шуларҙы бөтөрөү хәстәрләгән күрергә кәрәк. Эстәге ауырыу тәнгә сыҡҡан сиҡан шикелле генә түгел бит. Ауырыу - ул тәнгә таралған зарарлы һыуеҡ.

* * *

Ауырыу, ғәҙәттә, һис көтөлмәгәндә, ҡапыл һәм һиҙҙермәҫтән йоға. Ул йәшертен, аҫтыртын рәүештә кешенең тәненә, эсенә инеп оялай. Оялай ҙа, ййлап үрсеп ята. Яйы сыҡҡан, уңайлы шарттары килгән мәлендә баш ҡалҡыта, бәреп сыға. Шуны әҙәм үҙе алдараҡ тойһа икәнсе лә, үрсеп көсәйеп еткәнсе баҫып бөтөрөп ҡуя алһасы. Тойомлау етмәй шул.

Икенсе яҡтан, ауырыуҙы белә, күрә тора, үҙебеҙ алабыҙ, эсебеҙгә һалабыҙ. Тәмәке тартыу, араҡы эсеү, күрәләтә бүтән зарарлы нәмәләрҙе үҙ-үҙебеҙгә эшләүебеҙ шулар булмай, ни булһын.

Үҙебеҙ аңғармаҫтан һалыр ауырыуҙарыбыҙ ҙа етерлек.

Ниндәйҙер үпкә, ҡайғы, хәүеф, үс-асыуҙарыбыҙҙы эскә йыябыҙ. Ул ҡайҙалыр йөрәк төбөндә бөртә башлай, хатта күңел шешенә әйләнеп китеүе бар. Шул беҙҙе гел тынғыһыҙлап, йөрәгебеҙҙе тырнап тора. Күпкә йыйыла китһә, рух ауырыуына әүерелеп китеүе мөмкин бит. Шуларҙан да ваҡытында арына белһәк икән.

(Дауамы 8-се биттә).

БЫНАҒАЙЫШ!

АҠРЫН БАРҒАН - АТТАН УҘҒАН

Көндәр һыуыта, анда-һанда ямғыр ҡатыш ҡар яуа, оҙаҡламай шыҡырлатып туңдырып та ебәрер. Шунан әйтеүем: тайғаҡтар башлана, йығылып, аяҡ-ҡул һындырыуҙар күбәйә торған осор, бик абай, һаҡ йөрөргә кәрәк буласаҡ, айырыуса өлкәндәргә. Бәлә аяҡ аҫтында, тип раҫ әйтәләр. Тайғаҡ та түгел ине әле, сентябрҙең ҡояшлы, матур бер көнөндә таҡыр ерҙә әләгеп йығылып, ҡулды һындырҙым. Өтәлән-ҡабалан гәҙәт арҡаһында. Йәш барһа ла, ҡайны берәүҙәр кеүек яй ҡыймылдап, әкрен генә йөрөй алмайым шул. Яй әҙәмдәргә йән көйә: бер аяғын алғансы, икенсеһен эт ашар, тип һуҡранып та алғылай инем, тәүбә, тиергә кәрәк булған. Хәҙер мин улар хәлен аңлайым: бик тыныс һәм үҙ яйын белгән, хәүефһеҙлегән ҡайғыртҡан кешеләр икән улар - бер һүҙем дә юҡ.

...Таксиҙан төшкәс, мин дә ана шулай, "бер аяҡты алғансы, икенсеһен..." тигәндәй, яй ғына сатанлап, 21-се ҡала дауаханаһы травмпунктына табан туйтаңланым: йығылғанда аяҡты ла ныҡ ҡына ҡаймыҡтырғанмын, етмәһә. Ләкин бында минең кеүектәрҙе берәү ҙә йәлләп, ҡурсылап ҡаршыламай, әлбиттә. Аяғында саҡ баҫып, һыҙланып торған кешеләрҙән регистратурала әллә нисә төрлө ҡағыҙ тултырталар: "эйе, юҡ" тип яуапларға һыу буйы анкета, табип ярҙамына ризалыҡ биреү ҡағыҙы, исем-шәрифең, адрес һәм башҡалар. Травматологҡа сират ҙур булмаһа ла, оҙаҡ ҡына көтөргә тура килде: табип та, туташтары ла кабинетта юҡ, сәй эсергә туҡтағандар, тинеләр. Ә сират "койрого" ййлап үҫә бара. "Юҡҡа ваҡыт әрәм иттек, берәй ерҙә түләүле булһа ла рентген үтеп килмәгәнбеҙ", - тип ыуаланды эшенән бер-ике сәғәткә генә һорап киткән ҡыҙым. Һәм, ысынлап та, беҙҙе рентгенға ебәрҙеләр, ә уныңы күрше төп корпуста булып сыҡты. "Быныһы ярай, әлхәм әле, - тине шул саҡ беҙҙе ҡыуып үтеп барышлай бер сатан ир, - ә бына Цюрупа урамындағы травмпунктта пациенттарҙы ике-өс квартал ары яткан 5-се дауаханаға ҡыуалар!" Эйе, бында бик алыҫ та атларға түгел, ни бары 400-500 метрлап булыр, әммә ҡот осҡос ауыртҡан аяҡҡа һәр аҙымың - язa. Стационарҙың 5-се ҡатындағы рентген кабинетҡа килеп еткәнсе, ярты сәғәттәй ваҡыт үтте шулайтып, ә бында сират йыйылып киткән. Сәс-башы туҙған, ябыҡ ҡына асыулы бер ҡатын янғыҙы эшләй икән: ике кабинет араһында йүгермәләй: рентген төшөрә лә, һүрәтен сығарырға лабораторияға саба, һис өлгөрә алмай, меҫкенкәй. Етмәһә, сират ризаһыҙ геүләй... Ҡыҫҡаһы, травматолог кабинетына ах та ух итеп яңынан килеп йығылғас, стажерға оҡшаған йәш кенә егет һүрәтте рыя ғына күҙ һалды ла ваҡ-төйәк йомош менән инеп-сығып йөрөгән әллә туташ, әллә санитар ҡыҙыҡайҙы саҡырып, минең ҡулға гипс һалырға ҡушып, күрше бүлмәгә сығарып ебәрҙе...

...Бер аҙна һыҙланы ҡул, хатта аяҡ та онотолдо. Аптырағас, түләүле "Меги" клиникаһына барып күренергә кәңәш бирҙе яҡындарым. Рентген бында, бәхетемә, травматолог кабинетына йәнәш кенә ине. Оло ғына табип-травматолог, һүрәтте компьютерынан диҡҡәт менән өйрәнгәс, гәжәпләнеп минең гипслы ҡулға текләне: "Нимә был? Ҡайҙа былай маташтырҙылар? Хәҙер үк процедурныйға! Яңынан гипслайбыҙ!" Бәхтиһән, минең ҡатмарлы травма булып сыҡты, тәү ҡараған травматолог һынған ҡулды тартҡылап, турайтып, тәү хәленә килтергәс кенә гипсларға тейеш булған, имеш. "Меги" докторы саҡ әләгеп торған иҫке гипсты һә тигәнсе алып ырғытты ла, һарыҡ һымаҡ итеп, аяҡ-ҡулды бәйләп һалып та ҡуйҙылар. Укол ҡаҙағас, баяғы бәхетһеҙ ҡулды баш һәм һуҡ менән сәтәкәй бармаҡтарҙан тотоп, бар көсөнә тартҡылап-һуҙғылап, урынына ултырттымы-юҡмы - шыҡырлатып гипслап та ҡуйҙы. Бөтәһен дә, хатта уколды ла шәхсән үҙе эшләне, 21-се дауахана травматологы ише, бер ҙә иренеп йә кәмһенеп торманы, хатта эргәһендә өйрәнеп-сөйрәлгән шәфҡәт туташына ла эште тапшырып ҡуймaны. "Һуң, шуның өсөн түләүле бит", - тиерҙәр. Килешә алмаҫ инем. Юҡ, аҡса өсөн генә түгел, табиптың үҙ эшенә мөнәсәбәте, ябай ауырыуға ҡарата мөғәмәләһе уның һәр бер һүҙендә, хәрәкәтендә, ым-ишараһында ла асыҡ күренде. Был ике генә һүҙ менән "табип этикаһы" тип атала торғандыр. Тап бына ошо сифаттың эҙен дә күрмәнем 21-се дауахана табиптарында.

Әйткәндәй, минең ҡаймыҡҡан аяҡтың таз һөйәге һынған тип, тура стационарға йүнәлтмә лә биргәйне баяғы травмпункттағы йәш табип. Күрәһең, рентген һүрәтен йүнләп уҡый ҙа белмәйҙер ул, тигән уйға килдем, сөнки стационарға ҡабул итеп ултырыусы травматолог әлеге һүрәткә күҙ ташлау менән йәш коллегаһын һүгеп алды ла, "сильный ушиб, растяжение" тип яҙып, өйҙә аҙнаун көн ләз ятып торорға ҡушты. Дөрөҫ, шул уҡ ваҡытта ул рентген һүрәтенең бик тоноҡ, сифатһыҙ булыуы өсөн дә һуҡранып алды, ә ҡулдағы ташҡүлсәйем гипсты ҡарап та торманы.

Рентген сифаты тигәндән, сиратта ултырыусылар гәпләшеүенә ҡарағанда, тиҙҙән, ғөмүмән, сит илдәрҙә етештерелгән ошондай һәм башҡа төр медицина техникалары, шул иҫәптән, КТ, МРТ ҡарамалдары ла, иҫкерә, эшлектән сыға башлаһа, ни эшләрбеҙ икән? Тағы ла бер нәмә борсой дауахана юлын тапаусы пациенттарҙы: дауаханаларҙа йәш табиптарҙың күбәйеүе. Бер яҡтан, шатланырға кәрәктер: яңы, йәш көстәр менән тулылана табиптар сафы. Тик бына белем йәһәтенән кимәлдәре ни дәрәжәләлер? Һәм, әлбиттә, тәжрибәләре булмау ҙа бик борсой ауырыуҙарҙы. Ни тиһәң дә, берәүҙең дә йәштәр ҡулына ҡалып, "тәжрибә ҡорбаны" булғыһы килмәй бит. Әйтеүҙәренсә, пандемия осоронда өлкәнерәк табиптар йә хаҡлы ялға, йә түләүле клиникаларға китеп бөткәндәр, имеш. Тороп ҡалғандары иһә асыулы йә ризаһыҙ йөҙ менән ҡаршылай сирлене, эш хаҡы менән риза түгелдәр икән. Бында ауырыуҙың бер гәйебе лә булмаһа ла, "ҡыҙыу баш йә ҡул аҫына" килеп әләгергә Хоҙай ҡушмаһын! Шуның өсөн ҡабатлап иҫкәртеүем: тайғаҡ осорҙарҙа һәм, ғөмүмән, һәр ваҡытта ла абай булырға, ййлабыраҡ йөрөргә кәрәк. "Аҡрын барған аттан уҙған, йүгереп барған тайҙан ҡалған", тип юҡҡа әйтмәгән бит халыҡ аҡылы.

Фәүзиә ИҘЕЛБАЕВА.

ӘЙТЕМСӘЛӘР

ҺАУЛЫҠ - ҘУР БАЙЛЫҠ

(Башы 7-се биттә).

* * *

Ни генә тимә, кеше һаулығы күбеһенсә үҙенән тора. Тәбиғәт, Хоҙай әҙәмгә һаулыҡты, ныҡлыҡты еткеле биргән. Кеше организмы ауырыуҙар, һаулыҡҡа төрлө хәүеф-ҡурҡыныстар менән көрәшергә шул тиклем һәләтле ул, тик шул көс-һәләтте эшкә ҡуша ғына бел. Тән, бөтә йән, һиҙеү ағзалары һәммәһе һине хәүеф-хәтәрҙәрҙән аралап, иҫкәртеп, аңғартып тора. Фәҡәт бер аҙ һаҡ, абай ғына бул.

* * *

Кеше ҡайғынан йыш ҡына буҫлығып илай.
Кеше нимәнәндер ҡай саҡ инрәп ҡуя.
Яман асыуынан бөрәү һүгенеп ташлай.
Хәтәр ҡыҙып киткәндәр нәмәнелер ҡыйратып ырғыта.
Кемдер кемгәлер ҡул күтәреүгәсә барып етә.
Илау, инрәү, һүгенеп ташлау, һауыт-һаба ватыу, ҡыҙып китеү - әҙәмдең үҙе абайламаҫтан уҡ эсендә йыйылғандарын ҡапыл тышҡа түгеп һалыуының бер ғәләмәте ул. Алама булһа ла уларҙың ваҡытында тышҡа түгелгәне хәйерлерәк.

* * *

Үпкәләгәнгә үпкә ашатырбыҙ, тиҙәр.
Үпкәләгәнде эсеңдә күп йөрөтмәй, үпкәләткәнгә ипле генә аңлатыу ҙа яҡшы дауа.
Ҡайғы-хәсрәттәреңде туған-тумасаң, дуҫиштәрең менән бүлешеү ҙә күңелеңде бушата.
Үс-асыуыңды йәнһеҙ, зарарһыҙыраҡ нәмәгә төбәү ҙә ҡай саҡ хәлкәйҙәреңде еңеләйтә.
Күңел төбөбөҙҙә сиргә һабыштырырҙай төйөр-тойорҙарҙы һаҡламаһаҡсы.

* * *

Ниндәйҙер мәлһеҙ үлем, янғын, ҡырын, мур, бүтән төрлө яман хәлдәр әҙәм өҫтөнә ябырылғанда беҙҙең ата-бабалар "Хоҙай яҙғанылыр инде", "Һуңғы ҡаза булһын" тип күңелдәрен күпмелер баҫа торған булған. Ҡөрьән-Кәримгә яҙылған ниндәй көслө рухи ҡағиҙә был. Юғиһә, шундай ауыр хәлдәргә ҡапыл йөрәктәр ярылырлыҡ бит.

* * *

Үҙ-үҙеңде тыя белеү, сабырлыҡ - ысындан да һары алтын ул. Тыйнаҡ сабырлығы менән кеше үҙ күңелен, йөрәген тәрән яраланыуҙарҙан аралай, ауыр ҡайғы-хәсрәттәрҙе еңелерәк үткәрә, ҡайғы диңгеҙен батырҙарса еңеп сыға, һаулығын, көсөн һаҡлап ҡала. Был көслө рухи һәләт, аҡыллылыҡ түгелме ни?

* * *

"Һап-һау булырға һәм оҙаҡ йәшәргә теләйһегеҙме? Теләһәгеҙ, шундай кәңәш бирәм: һис ҡасан һис кемгә лә бер ниндәй дәғүә белдермәгеҙ, самаһыҙ талаптар ҡуймағыҙ", - ти билдәле экстрасенс С.Н. Лазарев. Был бик сәйер генә кәңәш кеүек. Нисек инде, һис ҡасан да һис кемгә лә бер ниндәй дәғүәһеҙ йәшәргә мөмкин? Самаһыҙ, ҙур талаптарҙан башҡа ла етеш тормош менән йәшәүе икелелер. Экстрасенс дәғүәнең, самаһыҙ ҙур талаптың үҙеңә ҡайтып, һаулығыңды бөтөрә, ғүмереңде ҡыҫҡарта, тип, карма принцибы менән аңлатмаҡсы былы.

Кеше донъяла дәғүәләрһеҙ, талаптарһыҙ йәшәй алмай. Әммә уларҙың аҡыллы, урынлы, тейешле булыуы шарт.

Ғайса ХӨСӘЙЕНОВ.

СИР СЕРЕ

Табип практикаһында бөгзе ваҡыт ана шулай тип аталган сир менән осрашырға тура килә. 1861 йылда тәү башлап был хәстәне Проспер Меньер исемле француз табибы ентекләп тикшереп, ауырыуҙар исемлегенә айырып индергән. Ғалим уның өс төп симптомын тасуирлап яҙған. Даими рәүештә баш әйләнеүе, бер ҡолаҡтың сыңлауы, уның әкренләп һаңғыраулана барыуы медицинала "триада Меньера" тип атала. Ер йөҙөндәге һәр йөҙ мең кешенең иллеһе бына шул сирҙән интегә. Һирәк осрағанға күрә, медицинанан алыҫ булған күптәр ул хаҡта ишеткәне лә юҡтыр. Әммә үҙең йә берәй яҡының сирләп китһә, ғүмерлеккә иҫтә ҡала был ауырыу. Башлыса, 40-60 йәшлек кешеләрҙә осрай. Балалар сирләгән осраҡтар билдәле түгел.

НИМӘ УЛ "МЕНЬЕР АУЫРЫУЫ"?

Һин дә мин, һап-һау йөрөгән кеше кинәт кенә башы әйләнеп, аяғөҫтө тора алмай, шунда уҡ иҙәнгә (йә ергә) ятырға мәжбүр була, әммә аңын юғалтмай. Бер яҡ ҡолағы зыңлап йә шаулап, күҙ алдындағы бөтә нәмә зыр әйләнеп, туктауһыҙ күңеле болғаныуҙан уҡшып, "үкереп ятып" ҡоҫоу арҡаһында бындай кеше ғәйәт ныҡ ғазапланыу кисерә. Икенсенән, өйҙәге барлыҡ яҡындарын аяҡҡа баҫтыра, "Үлеп барам, ашығыс ярҙам саҡырта һалығыҙ", тип, уларға "яр һала". "Тиҙ ярҙам" ныҡ оҙаҡлаған һымаҡ тойола уға, шунлыҡтан, был кеше туғандарына "03"кә ҡабат-ҡабат шылтыратырға ҡуша. Ғәҙәттә, ярҙамға килеп еткән фельдшер (йә табип), ҡан баҫымын үлсәп, ЭКГ яһағандан һуң: "Ҡурҡыныс бер нәмәһе лә юҡ", - тигән һығымта яһай. Әммә табиптың ана шулай тип "йыуатыуы" ауырыуҙың хәлен еңеләйтмәй, киреһенсә, "Табип бер ни ҙә таба алманы", тип уйлауҙан тағы ла ҡатмарландырып ебәреүе мөмкин. Тынысландыра торған уколдан һуң ауырыу кеше йоҡлап китә, ә күпмелер ваҡыттан, әлеге әйтмешләй, һин дә мин, һап-һау булып уяна...

Был өйәнәк, моғайын, осраҡлы ғына, башҡа бер ҡасан да ҡабатланмаҫ", тип уйлай сир эйәһе, эшенә лә йөрөй. Бер-ике йә бер нисә айҙан инде тамам тынысланған кешенең ошо хәле тағы ла ҡабатлана. Шулай, күпмелер өйәнәк үткәргәндән һуң, сирле үҙендә ниндәйҙер бер ҡурҡыныс ауырыу булыуынан шикләнә башлай, тәрәнерәк тикшерелеү ниәте менән поликлиникаға (ғәҙәттә, иң тәүҙә неврологҡа йә терапевҡа) мөрәжәғәт итә. Баш әйләнеү осраҡтары башҡа күп сирҙәрҙә лә була, әлбиттә (ҡан баҫымы юғары йә түбән булһа, йә иһә, мейенең ниндәйҙер өлөшөнә ҡан барыу процесы боҙолһа, берәй шешек үҫә башлаһа һ.б.). Шуға күрә, табип уны баштан-аяҡ тикшерергә тотона. Рентген, компьютер томографияны (КТ) яһап, иң беренсе нәүбәттә мейеләге ҡуләмле процесс (шеш-фәлән) юҡлығын асыҡлай. Һәр төрлө аппаратура ярҙамында баш мейеһенең ҡан менән тәьмин ителеү һәм башҡа функцияларын барлай. Пациентҡа, ахырҙа, "Болезнь Меньера" тигән диагноз ҡуйыла һәм ул врач-отоларинголог кабинетына ебәрелә. Аудиографик һәм башҡа тикшереүҙәр ярҙамында ЛОР-табип шул диагнозды раҫлай, ауырыуҙың бер яҡ ҡолаҡҡа "ҡата" башлауын да асыҡлай (Бер ҡасан да ҡолағы елһенеп ауыртмаған, шулай уҡ, икенсе ҡолағы әлегә яҡшы ишеткәнгә күрә, пациент үҙе баштараҡ был хаҡта белмәүе лә ихтимал).

Гәзит уҡыусыларға был сәйер сирҙең һәр төрлө "ҡыҙыҡ" үҙенсәлектәрен белеү файҙалы булыр тип һанайым. Башта шуны әйтеп китеү кәрәк: Меньер ауырыуының кеше ғүмере өсөн хәүефе юҡ. Медицина теле менән әйткәндә, "прогноз в отношении жизни благоприятен". Әммә был хаҡта белмәгән ҡайһы бер пациент "әлегеләй өйәнәктәрҙең береһе мәлендә үлеп ҡуйырмын" тип ҡурҡа, хатта йыш ҡына "яҡшы доктор" эҙләп, ил гиҙеүсән. Табип тәғәйенләгән һәр төрлө дарыуҙар, физиопроцедураларҙың һөҙөмтәһен тоймаған бындай кеше профессор-академиктарҙы ла ҡалдырмай, сит илгә лә барып сығыуы ихтимал. Ауырыуына "йомолоп", башын ҡайғыға һалыуы ла бар. Шуға күрә лә табип иң беренсе нәүбәттә пациентына ошо турала ябай ғына кимәлдә аңлатып, сирҙең прогнозына оптимистик ҡараш "һендерергә" тейеш. Мәсәлән, үҙенең сиренән ҡурҡҡан бындай пациентҡа ныҡ ҡына итеп: "Был ауырыу менән кеше йөҙ йыл йәшәй", - тип әйтеү уны, ғәҙәттә, тынысландыра. Табиптың һүҙе бер аҙ тупаҫыраҡ һымаҡ булып тойолоуына ҡарамаҫтан. Бер нисә йылдан һуң кеше бер ҡолаҡҡа тулыһынса һаңғыраулана. Был ауырыуҙың ахыры хаҡында әлеге медицина телендә тағы ошолай тип тә әйтәләр: "В отношении слуха прогноз не благоприятен". Уның ҡарауы - һаңғыраулану менән бер үк ваҡытта әлеге "ғазаплы" баш әйләнеү өйәнәктәре лә, һирәгәйә барып, бөтөнләйгә тукталыуы күҙәтелә. Шуға күрә лә бындай кеше үҙенең бер ҡолағы һаңғыраулаHыуы менән килешә, "тик башым ғына әйләнмәһен", тип теләй. Икенсе ҡолағы ишеткән кеше, үҙен һау-сәләмәт итеп тойоуы ла мөмкин.

Әммә, ике яҡлы процесс башлана ҡалһа, йәғни, икенсе ҡолағы зарарланыуы пациенттың (беҙҙең халыҡта әйтмешләй) "бәкәләнә һуға". Ул тома һаңғыраулана. Был осраҡта инде ауырыу кешенең проблемаһы ҡырҡа күбәйә. Ике ҡолағы ла ишетмәгән, башҡалар менән һөйләшеп, аралашыуҙан мәхрүм булған кеше, әлбиттә, бер ҡайҙа ла тиерлек эшләй алмай, инвалидлыҡҡа сыға.

Әле тома һаңғыраулаHыуҙан алда ике ҡолағы ла зарарланған ауырыу кешенең бер нисә йыл "ҡатыҡолаҡ" (тугоухий) булып йөрөгән мәле хаҡында айырып яҙыуҙы кәрәк тип таптым. Барыбыҙҙың да ҡолаҡ системаһында бик әкрен тауыштарҙы ишетеүҙе бер аҙ көсәйтә һәм көслө тауыш булғанда, киреһенсә, шул "шаңғырыҡ" сигналды әкренәйтә торған "ҡулайлаштырыусы" функциялар бар. Ә "Меньер" менән сирле кешенең ишетеү нервыларының бына ошондай һәләте һүнгән була. Шул арҡала ул башҡаларға "артыҡ мыжыҡ" булып тойола башлай. Ишетеүгә бәйле көйһөҙлөктәре уның яҡындарын аптырата. Күҙ алдына килтереп ҡарайыҡ: үҙенә өндәшкәндәрҙең һүҙен аңламаған кеше, әлбиттә, "Нимә?" тип ҡабатлап әйтеүҙәрен һорай. Ул ишетһен өсөн бүтәндәрҙең уға тауышты көсәйтә биреп ҡабатлауҙары ла тәбиғи, шулай бит?.. Әммә шул саҡ: "Нишләп улай ныҡ ҡысҡыраһың, ҡолағымды яра яҙҙың!.." - тип, хатта тертләп китеүсән һәм үҙенең ризаһыҙлығын белдереүсән бындай ауырыу. Шуға күрә лә был сир менән яфаланған кеше үҙенең яҡындарына, ғөмүмән, тирә-йүндәгеләргә сәйер булып тойола башлауы ихтимал. Ғәҙәттә, ҡартлыҡтан йә ҡолаҡ елһенеүҙәре арҡаһында һаңғыраулаHған кешеләргә ишетеү аппаратының бик тә килешеп ҡалыуы хаҡында беләбеҙ. Әммә, тауышты ишетеп тә, һүҙҙәрҙе аңлай алмай интеккән Меньер сирлеләренә күпселек осраҡта ҡолаҡ аппараттары ла ярҙам итмәй, күптәр "шаңғыртҡыс" аппаратты кейеүҙән баш тартыусан.

Һәр төрлө һүҙҙәрҙе яңылыш ишетеү ҙә хас был сиргә. Һуҙынҡы өндәрҙе аҙмы-күпме "тотоп ала алған", әммә тартынҡы өндәрҙе бик насар ишеткән сирле кешегә йыш ҡына һүҙҙәр икенсе төрлө (урыҫса - "искаженно") ишетелә. Әйтәйек "кара", "ара", "сара", "яра" тигән һүҙҙәрҙе ул айыра алмай, улар барыһы ла бер иш һымаҡ тойола. "Ана", "ҡана", "яна", "тана" һүҙҙәренең бараһын да тик "ана" йә "ала" тип кенә ишетеүе мөмкин. Шуға күрә, ғәҙәтенсә, ул ҡабат-ҡабат һораясаҡ. Башҡортса әйткәндә һүҙ аша ғына ишетеп, тәшөнә алмай интеккән бөгзе берәүгә ҡайсаҡ шул уҡ хәбәрҙе урыҫсаға әйләндереп ҡабатлаған ҡына бер аҙ аңғарып ҡала. Ҡайһы бер ваҡыт әңгәмәсегә, киреһенсә, урыҫсаны башҡортсаға әйләндерергә тура килә. Был кешене электән белмәгәндәр уны хатта "анра" тип тә ҡабул итеүе ихтимал...

Ауырыуға тағы бер үҙенсәлек хас. Ҡолаҡҡа бер аҙ ғына насарая башлаған осорҙа уҡ сирле кеше көйҙәрҙе дөрөҫ ишетмәҫ булып китә. Элек һәр төрлө музыкаль тапшырыуҙарҙы яратып тыңлаған бындай кешегә хәҙер инде бөтә йыр ҙа көйһөҙ, "яңылыш йырланған" һымаҡ ишетелә. Уның сафтан сыҡҡан ишетеү рецепторҙарын көйләнмәгән мандолина йә гитара ҡылдары менән сағыштырырға була. Боҙоҡ музыкаль инструментта ниндәй генә оҫта музыкант уйнамаһын, көй барыбер дөрөҫ килеп сыҡ-

май бит. Тап шуның һымаҡ... Ә инде ҡасандыр һау сағында матур итеп йырлаған кеше бындай сиргә һабышһа, уның йыры (үҙенә дөрөҫ булып тойолған хәлдә лә) "күкле-йәшелле" булып сыға. Яңы көйҙәр өйрәнеү мөмкинлегенән дә ул, әлбиттә, бөтөнләйгә мәхрүм.

Был сирҙең аныҡ ҡына этиологияһы, йәғни төп сәбәбе ошоғаса билдәле түгел. Статистик мәғлүмәттәргә таянып, берәүҙәр уның быуындан-быуынға күсә барыу ихтималлығы хаҡында фаразлай, икенселәр тәмәке менән артыҡ мауығыуҙы этәргес фактор тип һанай. Өсөнсөләр муйын умыртҡаһы быуындарында "остеохондроз" сиренең әүҙемләшә башлап, умыртҡа артерияһының тарайыуы сәбәпле, ишетеү һәм вестибуляр анализаторҙарға ҡан барыуы насарайыуынан күрә. Был ауырыуҙан, ғәҙәттә, кеше үлмәгәнлектән, махсус патолого-анатомик тикшеренеүҙәр ҙә юҡ кимәлендә. Бәғзе ғалимдарҙың фаразлауынса, баш эсендә бер-береһе менән йәнәш кенә урынлашҡан вестибуляр һәм ишетеү анализаторҙарын "йыуып" тороусы эндолимфаның баҫымы көсәйеп, эске ҡолаҡтың (медицинала "внутреннее ухо" тип атала) рецепторҙары атрофияланыу арҡаһында килеп сыға был сир. Ғөмүмән, этиологияға ҡағылышлы фараздарҙың күплеге - уларҙың береһенең дә камил булмауынан, тип аңлау дөрөҫөрәк булыр...

Ауырыуҙы әмәлләү мәсьәләһенә килгәндә, ҡан тамыры капиллярҙарын киңәйтеүгә йүнәлтелгән (медицина теле менән әйткәндә, "улучшающие микроциркуляцию") дарыуҙар, физиотерапия төрҙәре һымаҡ ысулдар медицинала бихисап. Тик, әлеге әйтмешләй, дауалау ысулдарының күп булыуы, уларҙың береһенең дә камил булмауынан киләләр. Бына шундай бик "уңайһыҙ" сир ул Меньер ауырыуы.

Әммә ошо хәстәргә һабышып, тома һаңғырауланып ҡалған хәлдә, үҙеңде "ғәжиз" тойоп ("ғәжиз" ғәр. - "оказаться в безвыходной ситуации"), донъя матурлығынан ваз кисеп, төшөнкөлөккә бирелеү һис кенә лә ярамай. Аллаһ Тәғәләнең һынауҙарына тарыған мосолман кешеһенә "Әлхәмдүлилләһи ғәлә күлли хәл" (һәр хәлдә лә Аллаһҡа маҡтау) тип әйтергә ҡушҡан Бәйғәмбәребеҙ (с.ғ.с.). Бына шул осраҡта Раббыбыҙ, һис шикһеҙ, әжерен бирә. Һәр ауыр ситуацияның ыңғай яғын күрергә тырышыу кәрәк. Әҙәм балаһының ишетергә ярамаған (теләһә ниндәй насар һүҙҙәр, ғәйбәт хәбәрҙәр һ.б.) нәмәләре күп. Ана шуларҙы ишетмәү хатта яҡшыға ғына тип үҙеңде тынысландыраһың. Шул уҡ ваҡытта бындай ҡыйын хәлдән сығыу әмәлен эҙләү ҙә тыйылмаған (бында мин докторҙан-докторға сабып, файҙаһыҙ дарыуҙарға аҡса сарыф итеүҙәрҙе күҙ уңында тотмайым). Әйтәйек, бик тә бик донъя яңылыҡтары һәм башҡа хәбәрҙәр белгең килһә - күберәк гәзит, журналдар яҙҙырып алып уҡыу зарур. Яҡындарың менән аралашыу өсөн ҡолаҡ аппараты ярҙам итмәй икән, башҡа төр хәҙерге техника ҡаҙаныштарын файҙаланырға өйрәнеү ҙә яҡшы. Бөгөнгө ваҡытта телефонһыҙ кеше юҡ. Һуңғы быуын телефондарының һөйләгән һәр һүҙҙе хәрефтәр менән яҙҙырып бара торған функцияһы ла бар. Уны хатта башҡортса яҙҙырыуға көйләргә лә мөмкин. Ундай телефонһыҙ булмаған хәлдә лә, илдәге бөтә кеше уҡый-яҙа белә бит: ҡағыҙға яҙып һөйләшергә лә була...

Хәлил ҺӨЙӨНДӨКОВ,
отставкалағы хәрби табип.

СӘЛӘМӘТ БУЛ!

КҮРЕҮ ҺӘЛӘТЕ - АЛЛАҺ БҮЛӘГЕ

Ғәҙәттә, күпселек кеше ауырып китмәйенсә табиптарға барып күренеүҙе кәрәк тапмай. Был беҙҙең милләттәштәргә лә хас бер ғәҙәт. Әллә артыҡ түҙемлебеҙме, әллә үҙебеҙҙе ҡәҙерләп етмәйбеҙме - быныһы икенсе мәсьәлә. Әле әйтергә теләгәнебеҙ шул - йылына, ярты йылға бер махсус йүнәлештә эшләүсе белгестәргә барып күренеү мотлаҡ. Мәҫәлән, офтальмологтарға. Эйе, күптәр йәш өҫтәлә барған һайын күреү һәләте лә насарлана бара, тип, был мәсьәләгә әһәмиәт бирмәүе лә ихтимал. Әммә был хата ҡараш. Һуңғы йылдарҙа күҙ ауырыуҙары арта һәм "йәшәрә" бара, ти күҙ табиптары. Ошо юҫыҡта Сибай ҡалаһының Үҙәк ҡала дауаханаһы офтальмологы Алһыу Абрар ҡыҙы ҒАЙСИНА менән әңгәмә ҡорҙоҡ.

▸ Алһыу Абрар ҡыҙы, әңгәмәне танышыуҙан башлайыҡ.

- Әбйәлил районы Гусево ауылы ҡыҙымын. Ауыл мәктәбендә 9-сы класты тамамлағас, Сибай гимназия-интернатында уҡыным. Юғары белемде Башҡорт дәүләт медицина университетында алдым. Педиатрия буйынса уҡыһам да һуңғы курстарҙа офтальмология менән ҡыҙыҡһына башланым һәм интернатураны Өфө күҙ ауырыуҙары ғилми-тикшеренеү институтында үттем. Бер йыл Асҡар дауаханаһында эшләнем, 2011 йылдан Сибай дауаханаһында хеҙмәт юлымды дауам итәм. Ҡала поликлиникаһында пациенттарҙы ҡабул итһәм, дауаханала дауалайым, операциялар эшләйем.

▸ Нәҫелегеҙҙә табиптар бармы?

- Юҡ. Ата-әсәйем ябай һөнәр эйәләре. Мин үҙем мәктәптә уҡыған йылдарҙа уҡ биология, айырыуса анатомияны ярата инем. Шуға ла 9-сы кластан һуң гимназияның химия-биология йүнәлешендәге класына уҡырға килдем. Аҡ халатлыларға ҡыҙығып ҡарауым мине Башҡорт дәүләт медицина университетына алып килде. Үкенмәйем, һөнәремде яратып һайланым һәм яратып эшләйем.

▸ Ярайһы уҡ стаж тупланған. Ошо йылдар эсендә күҙ ауырыуы менән сирләүселәр кәмейме, әллә артамы?

- Арта һәм улай ғына ла түгел, үкенескә, "йәшәрә" бара. Заман йәшен тиҙлегендә үҙгәргән кеүек, сир төрҙәре лә йылдамлыҡ күрһәтә. Медицина сир артынан ҡыуып барырға түгел, ә унан алдараҡ атларға, сирҙәрҙе дауалауға ҡарағанда, иҫкәртергә өйрәнергә тейеш. Камиллашырға тырышабыҙ: эшләйбеҙ, уҡыйбыҙ, конференцияларҙа ҡатнашып, алдынғы тәжрибәләр уртаҡлашабыҙ, яңы технологияларҙы өйрәнәбеҙ.

▸ Бөгөн Сибай ҡалаһында күҙ ауырыуҙары буйынса хәл ниндәй кимәлдә?

- Тәүге йылдарҙа ҡатмарлы операцияларҙы Өфөгә ебәрә инек. Хәҙер барыһын да үҙебеҙ эшләйбеҙ. Беҙгә Сибайҙан ғына түгел, бөтөн Көньяҡ Урал райондарынан мөрәжәғәт итәләр, сөнки бөтә кеше лә баш ҡалаға барып йөрөй алмай - унда алдан яҙылырға, оҙаҡ айҙар сират көтөргә тура килә. Был аңлашыла ла, сөнки Өфөгә бит илебеҙҙең төрлө төбәктәренән, хатта сит илдәрҙән дә киләләр. Беҙҙең дауаханала бөтәһе 5 офтальмолог, һәр береһе үҙ эшен яҡшы үҙләштергән белгестәр. Заманса аппаратуралар, эшләү өсөн бөтә шарттар бар.

▸ Күҙ ауырыуҙарының ниндәйҙәре йыш осрай?

- Күҙҙәге селтәрле шекәрә дистрофияһы киң таралды. Уның ҡоро һәм дымлы формаһы була. Был, нигеҙҙә, кешенең йәшәү рәүешенә, дөрөҫ туҡланмауға бәйле. Ҡороһонан дымлыға күсеү күҙәтелә ҡалһа, кеше бөтөнләй күреү һәләтен юғалтырға мөмкин. Шулай уҡ шәкәр диабеты менән ауырығандар араһында күҙ сире менән яфаланыусылар бик күп. Бер сир икенсеһе менән ныҡ бәйле. Элек ололар күберәк мөрәжәғәт итһә, әле йәштәр йылдан-йыл күбәйә бара. Катаракта менән йонсоусылар ҙа күп. Күптәргә мәғлүмдер, был - күҙ ясмығының (хрусталигының) тоноҡланыуы. Ул иһә кешенең йәшенә бәйле үҙгәрештәр башланыуы менән аңлатыла. Нимә менәндер ныҡлап ауырығандан һуң да катаракта үҙен һиҙҙереүе ихтимал, йә иһә гормональ үҙгәрештәр, йә гормональ препараттар сирҙе аҙҙыра.

▸ Бөтә донъяны шаулатҡан Ковид-19 вирусы күреү һәләтенә зыян килтерҙеме?

- Был вирус аҙған мәлдә кеше урамға сығырға, кеше араһына барырға, дауаханаларға килергә ҡурҡты. Шуға күрә уларҙың башҡа ауырыуҙары аҙҙы, тип әйтергә була, сөнки мәлендә дауалана алманылар. Ковид арҡаһында күҙҙәрҙә шешеү (увеит, кератит, конъюнктивит) булды.

▸ Ә бына Сибайҙа карьер проблемаһы шау-шыу уятҡан мәлдә һеҙгә мөрәжәғәт итеүселәр һаны артманымы?

- Юҡ, нәҡ карьерға бәйле сир артыуы, бәхеткә, күҙәтелмәне. Бәлки, кемгәлер аллергия биргәндер, әммә етди, ҡурҡыныс сир теркәлмәне.

▸ Күҙ сире менән ауырыусылар йәшәрә тигәйнегеҙ. Был, моғайын да, заман технологияһына - компьютерҙарға, телефон һәм башҡа гаджеттарға бәйлелер?

- Эйе, балалар, үсмерҙәр зарар күрә. Миопия диагнозлы пациенттар арта, ҡоро күҙ синдромлылар күбәйә. Кем компьютерҙа күп эшләй, күҙҙәргә мотлаҡ дымландырыусы махсус препарат тамыҙыу кәрәк, уны табип яҙып бирә. Шуға иғтибар итеү мөһим: 40 йәште уҙҙыңмы - күреү һәләте боҙола башлай. Шуға ла күҙ табибынан күҙлек өсөн рецепт яҙҙырып алырға һәм файҙаланырға кәрәк. Интернет аша төрлө кәңәштәр уҡып, үҙ белдегең менән дарыу алып ҡулланыу хәүефле, сөнки күҙҙәрҙе һаҡларға кәрәк, ул беҙгә бирелгән Аллаһ бүләге. Реклама йоғонтоһона бирелмәгеҙ, мотлаҡ табиптарға мөрәжәғәт итегеҙ, үҙегеҙгә ярашлы препарат һәм күҙлек һайлап бирергә табип ярҙам итергә тейеш, тип ҡабатлағым килә. Ярты йылға бер тапҡыр белгескә күренеп тороу бер кемгә лә ҡамасауламаҫ.

▸ Күҙ сиренә кемдәр күберәк дусар була? Ир-егеттәрме, әллә ҡатын-ҡыҙҙармы?

- Гүзәл заттар күберәк мөрәжәғәт итә. Гормональ үҙгәрештәр үҙен һиҙҙермәй ҡалмай.

▸ Ә бына тыумыштан насар күргән, ниндәйҙер күҙ ауырыуына дусар булған сабыйҙар тыуамы?

- Булғылай. Әгәр әсә йөклө саҡта ниндәйҙер ауырыу үткәрһә, йә насар йәшәү рәүеше алып барһа, ул, әлбиттә, балаға тәьҫир итә. Шулай уҡ нәҫелдән килгән сирҙәр сабыйға бирелеүе ихтимал. Әйткәндәй, балаларҙа рефракция аномалияһы, йәғни миопия, гиперметропия, астигматизм йыш күҙәтелә. Әлеге лә баяғы гаджеттар "гәйепле". Балаларға телефон биреүҙе мотлаҡ сикләргә, мөмкин булһа, бөтөнләй бирмәҫкә кәрәк. Үҫеүсе организмға ғына түгел, ғөмүмән, барыбыҙға ла дөрөҫ йәшәү рәүеше алып барыу, витаминлы ризыҡтар менән туҡланыу тик файҙаға ғына булыуын онотмайыҡ. Күберәк йәшелсә, емеш-еләк ашағыҙ.

▸ Һуңғы йылдарҙа кеше йыш стресс кисерә. Был күҙҙәргә тәьҫир итәме?

- Әлбиттә. Был русса "центральная серозная хориопатия" тип атала, йәғни күреү һәләте насарая. Ул күберәк ваҡытлыса була, стресс үтеү менән сир билдәләренең дә юғалыуы ихтимал. Көйәләнгәндә кешенең ҡан баҫымы күтәрелеп, күҙҙә тромбоз барлыҡҡа килеүе лә йыш күҙәтелә. Ололар гипертония тәьҫирендә шулай ыҙалаһа, был йәштәрҙә лә осрап ҡуя. Кемдер әйтмешләй, бөтәһе лә стрестән. Кеше предметтарҙы ҡыйыш күрә башлай икән, кисекмәҫтән медицина ярҙамы алырға кәрәк, сөнки һуң булыуы ихтимал.

▸ Заман ҡатын-ҡыҙҙары яһалма керпек үҫтереү менән булыша. Быға ҡарашығыҙ?

- Был көнүҙәк проблемаға әйләнде. Һуңғы йылдарҙа яһалма керпек ҡуйҙырып, ауыр хәлгә тарып мөрәжәғәт итеүселәр артҡандан-арта. Был осраҡта тулыһынса шәхси гигиена боҙола. Блефарит диагнозын һәр икенсе ҡатын-ҡыҙға тигәндәй ҡуябыҙ. Күҙ ҡабаҡтары шешә, сөнки ул микробтар, күҙгә күренмәҫ талпандарҙан зыян күрә. Шулай уҡ яһалма керпек елеменә аллергия алыусылар осрай, ә инде күҙҙең мөгөҙсә шекәрәһенә (роговица) елем эләкһә, бөтөнләй ҡурҡыныс, ул яна, таплана, күреү тоноҡлана. Был өлкәлә беҙҙең тәжрибә ярайһы ҙур, үкенескә. Гүзәл заттар килеп, дауаланып алғас, рәхмәт әйтеп, башҡаса яһалма керпек ҡуйҙырмаҫҡа анттар биреп китә. Ысынлап та, яһалма керпек бик зыянлы, уның менән булышмаҫҡа кәрәк. Бик булмаһа, сифатлы тушь менән буяғыҙ. Ә яһалма керпек ҡуйҙырыу теләге шул тиклем көслө икән, мәҫәлән, туй, юбилей алдынан эшләтегеҙ, аҙаҡ байрамдан һуң кире алдырығыҙ. Яһалма керпектәр менән оҙаҡ ваҡыт йөрөү күҙҙәргә үтә ныҡ насар тәьҫир итә. Тәбиғи матурлыҡҡа ҡәнәғәт булып ҡалыу күпкә яҡшыраҡ. Битте рәхәтләнеп йыуған кеүек, күҙҙе лә көн дә йыуырға кәрәк. Күҙҙәрегеҙҙе һаҡлағыҙ!

Резеда УСМАНОВА
әңгәмәләште.
Сибай ҡалаһы.

✓ *Киҙеү ваҡытында антибиотик ҡабул итергә ярамай! Улар тик бактерияға йоғонто яһай. Вирустарҙың иһә бактерия менән бер ниндәй уртаҡлығы юҡ.*

ИҪКӘРТЕҮ

КИҘЕҮ КИЛӘ...

Көндәр һыуытты, һалҡын тейеү, грипп миҙгеле башланыуы көтөлә. Күптәр киҙеүҙе етди ауырыу тип ҡабул итмәй, уны аяғөҫтө үткәрергә мөмкин тип иҫәпләй. Әммә ул үлем менән тамамланыуы ла ихтимал. Роспотребнадзор белгестәре аңлата.

1-се миф. Гриптың беренсе билдәһе - юғары температура.

Ысынында иһә киҙеү ваҡытында тән температураһы 38,5 - 39°С була, ҡайһы берҙә сир башланғанда юғарыраҡ булыуы мөмкин. Ҡайһы бер пациенттарҙа бөтөнләй күтәрелмәүе лә бар. Нормаль йәки аҙ ғына күтәрелгән осраҡта вирус өсөн яҡшы. Шуға күрә ауырыуҙың тәүге билдәһендә температураны төшөргән дарыу эсмәгеҙ. Ололарға 38-гә етһә генә, балаларға 38-39°С-тан артһа, таблетка ҡабул итергә кәрәк.

2-се миф. Киҙеүҙе профилактикалау өсөн витамин эсергә, һарымһаҡ, һуған, тоҙло кәбеҫтә, лимон ашарға кәрәк.

Ғәмәлдә иһә витаминдар иммунитетты дөйөм нығыта ғына, ә вирусты үлтермәй. Иң яҡшыһы - комплекслы иҫкәртеү саралары ҡабул итеү: вакцина һалдырыу, сыныҒыу, сәләмәт тормош алып барыу, дөрөҫ туҡланыу. Врачтар иммуномодулятор йәки витамин-минераль комплекс тәҡдим итә.

Вакцинация гриптан һәм киҫкен респиратор вируслы инфекциянан вафат булыу осрағын 50 процентҡа кәметә. Прививка эпидемия миҙгеле алдынан һалына (август-декабрь), вакцина Рәсәйҙә һәм сит илдә етештерелә. Вакцина составы йыл һайын Бөтә донъя һаулыҡ һаҡлау ойошмаһы тәҡдименә ярашлы яңыртыла. Бынан тыш, ауырыу таралған ваҡытта кеше күп урындарға йөрөүҙән тыйылығыҙ, сир билдәләре булған кешеләр янына бармаҫҡа тырышығыҙ, битлек кейегеҙ, даими рәүештә ҡулығыҙҙы һабын менән йыуығыҙ, антисептик менән эшкәртегеҙ, өйөгөҙҙө йышыраҡ йыуығыҙ, еләтегеҙ.

3-сө миф. Киҙеүҙе дауаламаһаң да, үҙе үтә.

Улай түгел, грипп бик хәүефле ауырыу, дауаланмаһаң, бигерәк тә бәләкәй балалар һәм ололар өсөн ҡурҡыныс. Бынан тыш, төрлө өҙлөгөүҙәре менән хәүефле. Ул башлыса йөрәк-ҡан тамырҙары системаһын ҡаҡшата, миокардит үҫешенә булышлыҡ итә.Врач күрһәтмәһе буйынса үҙ ваҡытында дауаланыу ауырыу ваҡытын ҡыҫҡарта, өҙлөгөүҙәрҙе һәм үлем осрағын иҫкәртә.

4-се миф. Гриптан антибиотик ярҙам итә.

Киҙеү ваҡытында антибиотик ҡабул итергә ярамай! Улар тик бактерияға йоғонто яһай. Вирустарҙың иһә бактерия менән бер ниндәй уртаҡлығы юҡ. Ҡайһы берҙә иммунитет көсһөҙләнһә, икенсел бактериаль инфекция башланыуы ихтимал. Шундай осраҡта ғына врач антибиотик тәғәйенләргә мөмкин. Үҙаллы дауаланырға ярамай.

5-се миф. Прививка үҙе ауырытырға мөмкин.

Ғәмәлдә вакцинанан һуң ауырымайҙар. Вакцинация ваҡытында организмға көсһөҙләндерелгән вирус йәки уның өлөшөн индерәләр. Ул антиматдә барлыҡҡа килеүенә булышлыҡ итә һәм күҙәнәктәргә сир йоғоуын һәм вирустың артыуын иҫкәртә. Шул сәбәпле ауырыу башланмаҫ борон уҡ юҡҡа сығ. Заман вакциналары енел үтә, прививканан һуң бер ниндәй сир билдәһе тойолмай. Ҡайһы берҙә генә вакцина урыны ҡыҙарып торорға, бер аҙ температура күтәрелергә мөмкин. Әлбиттә, прививка ауырыу йоғоуҙан гарантия бирмәй, шулай ҙа 80-90 процентҡа иҫкәртә һәм енел үткәрергә булышлыҡ итә. Вирус даими рәүештә мутацияға бирелә, вакциналар ҙа йыл һайын Бөтә донъя һаулыҡ һаҡлау ойошмаһы тәҡдименә ярашлы үҙгәреп тора.

6-сы миф. Эпидемия башланһа, прививка эшләтергә ярамай.

Гриптан эпидемия башланғас та вакцина һалдырырға мөмкин. Вирус эләккәндән һуң прививка яһатһаң, ул сирҙе иҫкәртмәйәсәк, шулай ҙа алдағы айҙарҙа киҙеүҙең башҡа варианттарынан һаҡлаясаҡ. Әле Башҡортостанда грипҡа ҡаршы прививка кампанияһы бара. Быйылғы миҙгелдә республикала 2,4 миллион кешене вакцинациялау планлаштырыла.

Әйткәндәй, Рәсәйҙә ағымдағы эпидемик миҙгелдә киҙеүҙең H3N2 вирусы асыҡланған, тип хәбәр итте Роспотребнадзор етәксеһе Анна Попова. Уның әйтеүенсә, штамм Египеттан килгән.

Роман ЯКИМЧУК.

ҠЫҘЫЫЫҠ!

ИТ АШАМАЙ ЙӘШӘЙ АЛАҺЫҒЫҘМЫ?

Октябрь башында Бөтә донъя вегетариандар көнө билдәләнде. Вегетарианлыҡ, веганлыҡ тураһында ишеткәнегеҙ барҙыр. Ә бына сейләй туҡланыу тураһында белә инегеҙме?

Кемдер һәр саҡ ябығыу тураһында хыяллана, кемдер һаулығын нығытырға тырыша һәм вегетарианлыҡ юлын һайлай. Ундай кешеләр беҙҙең арала ла байтаҡ. Рәсәйҙә иһә вегетарианлыҡ менән мауығыу XIX быуатта уҡ башланған. Мәшһүр яҙыусы Лев Толстойҙың ошо хәрәкәттең иң әүҙем ағзаларының береһе булып торғаны билдәле. Статистика мәғлүмәттәренә ҡарағанда, донъя буйынса "вегетариан" тип атарға мөмкин булғандарҙың өлөшө дөйөм халыҡтың 30 процентын тәшкил итә икән. Шуларҙың береһе минең яҡын танышым - 29 йәшлек Айгөл Сәфәрғәлина.

"Мин бәләкәйҙән һаулыҡҡа бәйле һорауҙарға яуап табырға тырыштым. Берәй кешенең башы йәки башҡа бер ере ауыртыуына зарланыуын ишетһәм, уның ни сәбәптән барлыҡҡа килеүе тураһында уйлана инем, - ти Айгөл. - Юғары уҡыу йортон тамамлағас, кейеүгә сыҡтым. Тормош иптәшем ашҡаҙаны ауыртыуына йыш зарланды. Күп әҙәбиәт уҡыным, төрлө форум һәм сайттарҙы ҡараным. Үҙем өсөн бик күп дауаланыу юлдарын астым һәм һөҙөмтәлә был проблеманы юҡ итеү өсөн вегетарианлыҡ юлын һайлау кәрәклеген аңланым. Бына һигеҙ йыл дауамында ризыҡты сейләй йәки бешермәй ашайбыҙ".

Сейләй ашау диетаһы (сыроедение) - ул йәшелсә, емешеләкте, ғөмүмән, орлоҡ, сәтләүек кеүек бөтә үҫемлек ризыҡтарын эшкәртмәй, бешермәй генә ашау системаһы. Шулай уҡ төрлө ярмаларҙы ла ашарға мөмкин, тик шыттырып, сей көйө генә. Ит, һөт ризыҡтары, балыҡ, диңгеҙ ризыҡтары, йомортҡа, бал, желатин, шәкәр тыйыла. Һыйыр һөтөнә альтернатива - соя, миндаль һөтө һәм башҡа аналогтар. Башҡа эсемлектәрҙән һыу һәм яңы һығылған һут ҡына ҡабул ителә.

"Итһеҙ туҡланыуға күскәндән алып, ауырыуҙарға бирешмәй башланыҡ, мин, мәҫәлән, бөтөнләй дарыуҙар ҡулланғаным юҡ. Халыҡ медицинаһына күберәк ышанам мин, - ти Айгөл. - Иттең алыштырғыһыҙ файҙаһы, организмға кәрәкле матдәләр сығанағы булыуы тураһында күп һөйләйҙәр миңә, тик үҙ фекеремдән кире ҡайтара алмай улар. Емеш-еләк, йәшелсә менән туҡлана башлағас та баш, ашҡаҙан ауыртыуҙары бөттө. Хатта фекерләү һәләте лә башҡа йүнәлеш алды. Туҡланыу режимында үҫемлек ризыҡтарына өҫтөнлөк биреү миңә энергия өҫтәне, эшсәнлегемде арттырҙы. Шулай уҡ рационда ғы үҙгәрештәр тире торошон һиҙелерлек яҡшыртты, сәстәремде нығытты".

Сейләй ашау диетаһы - бик ҡаты һәм ҡатмарлы туҡланыу системаһы, ул бик ҙур ихтыяр көсө талап итә. Төп ҡағиҙә - был диетаға ҡапыл күсергә ярамай.

"Туҡланыуға килгәндә, көндәлек рационымды йәшелсәемеш, салаттар, итһеҙ аштар, һуттар, эшкәртелмәгән үҫемлек майҙары, сәтләүек, аҙ күләмдә эремсек, сыр тәшкил итә. Яратҡан ризыҡтарым - брокколи кәбеҫтәһе, фасоль, кедр сәтләүеге. Шулай уҡ көнөнә 1,5 литр ҡайнамаған һыу эсәм. Рационым ауыр эшкәртелә торған колбаса, ит, фастфудтар, зарарлы чипсыларҙан түгел, ә хуш еҫле, тәмле алма-хөрмәләр, әфлисундар, татлы емештәрҙән тороуын теләйем. Күберәк хәрәкәттә булырға тырышам. Бейеү түңәрәгенә йөрөйөм һәм төрлө конкурстарҙа ҡатнашып, беренсе урындар алып ҡайтам", - тип уртаҡлашты Айгөл үҙенең уңыштары хаҡында.

Тик ябығырға теләп кенә быңдай диета тотоу дөрөҫ түгелдер. Ашағыҙ, әммә күләмен кәметегеҙ. Ҡапыл ғына яратҡан ашамлыҡтан баш тартыу ауыр, шуға күрә әкренләп әҙәйтә барып, яйлап ҡына организмды күнектерергә кәрәк. Тәүҙә нимәнелер ашамай тора алмайһығыҙ кеүек тойолһа ла, яйлап унһыҙ ҙа йәшәргә өйрәнерһегеҙ. Ә вегетариан юлын һайлау өсөн сәбәп һәм ҙур теләк булырға тейеш.

Эксперт фекере

Земфира ХАЗИЕВА, врач-терапевт: Вегетарианлыҡ - ул йәшелсә һәм еләк-емеш ашау ғына түгел, был - йәшәү рәүеше. Башҡаларҙың тәжрибәһе, әлбиттә, мөһим фактор, ләкин хәл иткес түгел. Кемгәлер ярҙам итһә, икенселәргә тәҙәтеп булмай торған зыян килтерергә мөмкин. Индивидуаллек тураһында онотмаҫҡа кәрәк. Тыңлағыҙ, өйрәнегеҙ, әммә аҡыл менән. Ҡарар ҡабул иткәнсе, ныҡ уйлағыҙ, төрлө мәғлүмәттәр уҡығыҙ, белгестәрҙең фекерҙәрен белегеҙ.

Ыңғай яҡтары: ябыҡтыра, эсәк эшмәкәрлеге өсөн һәйбәт, айырыуса эсәк яман шешенән һаҡлай. Кире яҡтары: балалар өсөн хәүефле, туҡлыҡлы матдәләр ҡытлыҒы, мускул массаһы аҙ була.

Сейләй ашау диетаһын врачтар ҡәтғи рәүештә хупламай. Балаларға, оло йәштәгеләргә, сабый көткән ҡатындарға, хроник ауырыуҙары менән сирләгәндәргә быңдай туҡланыу бөтөнләй тыйыла. Уны бушаныу (разгрузочная) диетаһы итеп ҡулланырға ғына мөмкин. Мәҫәлән, организмды таҙартырға теләгәндә 1-3 йәки 5-7 көн иттән баш тартырға мөмкин. Һаулыҡты нығытыу өсөн рационды "таҙартыу" ҙа етә. Фастфуд, кәнфит, ярымфабрикат, майонез кеүек ашҡаҙанға зыян килтергән аҙыҡ-түлекте бөтөнләй ҡулланмағыҙ.

Вегетарианлыҡ юлын һайларға булһағыҙ, тәүҙә анализдар бирергә кәрәк: ЭКГ, гемоглобин, ферритин һәм ҡанда булған тимерҙең күрһәткестәрен тикшереү мотлаҡ. Врачтар менән кәңәшләшеү бик мөһим.

Гөлназ САЛАУАТОВА.

✓ Һуғыштан һуң бер нисә тапҡыр шул ҡәбергә сәскәләр һалырға барҙым. Халыҡ бик күп ине. Тимәк, Советтар Союзында йәшәгән кешеләр үҙенең олатаһы, атаһы тап ошонда, "Мәңгелек ут" янған тапҡырҙа ерләнгән, тип иҫәпләй.

Беҙ ғәйебебеҙҙе танып, баштарыбыҙҙы түбән эйҙек.

- Йоҡларға бирмәй, һыҙлай ҡәһәрең, моғайын да көн боҙолоуғалыр! - Ир йөҙөн ризаһыҙ йыйырып, яурынын ҡапшаны. - Хәҙер, һулаҡай ҡулың ҡайҙа булған тип һорағыҙ инде? - Үҙе үк ҡояш байышы яғына уң ҡулын һелтәп яуабын бирҙе. - Тегендә, Белоруссия урмандарында ҡалдырҙым! - Ҡайғыһын яңыртҡандай ауыҙынан танау тишектәренән ҡуйы төтөн борхотто.

Ир сәләмәт ҡулы менән тубығына терһәкләнеп, һорау билдәһеләй бөгөлөп, тынып ҡалды. Беҙ ҙә ашауыбыҙҙы ҡуйып, шымтайыштыҡ.

- Егеттәр, әгәр үҙемдең яҙмышыма ҡағылған бер тарихты һөйләһәм, аңларһығыҙмы, аҙағынаса төшөнөрһөгөҙмө? Шул һуғыш тарихы менән йәшәнем, йәшәйем һәм йәшәйәсәкмен. Йә, тыңларға әҙерһегеҙме? - тип ҡыҙыҡһынды ир.

- Мы знаем русский язык, прәме да карня! - тип ышаныслы әйтте Батырйән.

- Какуй корень, да аснавания! - тип шаштырып өҫтәнем мин. - К нам вид знакумы шасто ходят из Васильевки! Па русскому у маего друга, тройка, - үҙемде өҫтөн итергә булып киттем, - а у меня каменная четверка!

- Очень хорошо, когда один человек понимает другого! Твоя твердая четверка говорит о том, что ты основательно знаешь язык. Итак, послушайте одну из страниц моей жизни!

Ауыҙҙан сыҡҡан әсе төтөнгә ҡушылып хикәйә ағылды:

- Ғүмере буйы ҡырсылыҡ бригадиры булып эшләгән атайымды, һуғыш башланғас та уҡ, урып-йыйыу эштәре иң ҡыҙған мәлдә фронтҡа алдылар. Унан, хәрәкәттәге, дөрөҫөрәге сигенеүсе армия составындағы һалдаттан бары бер генә хат алып өлгөрҙөк, ә ҡара көҙҙә инде Мәскәү янында хәбәрһеҙ юғалды, тигән ҡара ҡағыҙы килде. Почта ташыусы апай хатты килтергәндә әсәйем эштә ине. Апайҙың кәйефторошонан шуны төшөндөм - сәләм хаты түгел ине ул. Шул мисәт баҫылған конвертты түшәгем аҫтына йәшереп кенә ҡуйҙым. Ә унда нимә хаҡында яҙылған һуң. Оҙон төндәр буйы шул хаҡта уйлайым, йөрәгем әрней, түшәктә түгел, ҡуҙырап янған усаҡ өҫтөндә ятҡандай итеп тоям үҙемде. Ике көн үткәс, аулаҡта, теге конвертты астым да ижекләп уҡырға тотондом: "Ваш муж Николай Трубников, защищая родную землю, нашу столицу от фашистов, пал смертью храбрых. Посмертно представлен к медали "За отвагу". Күҙҙәремдән йәш атылды. Япа-яңғыҙым көнө буйы буҙланым да, эңер мәле еткәс, битемде һалҡын һыу менән йыуып, бер ни булмағандай йылмайып әсәйемде эшенән ҡаршы алдым. Теге хатты йәшереп үҙем менән әллә нисә көн йөрөттөм әле. Булмаҫ, тип иңрәй күңелем, нисек инде атайым, ғәзиз атайым беҙҙе ҡалдырып, яҙмыш ҡосағына ташлап үлеп ятырға тейеш, бының булыуы мөмкин түгел! Хатты ҡайҙа ғына йәшереп ҡарамайым, салбар кеҫәһенә һалам, түш кеҫәгә лә, фуражкаға лә, фуражканың эсенә. Яндыра теге, тәнде генә түгел күңелде өтөп алып бара. Күпме былай ғазапланырға була?! Бер көн ҡәһәрле ҡағыҙ киҫәген, яйын табып, ауыл зыяратына алып барып күмдем, ерләнем. Ят шым ғына, һинең урының ошонда, өнөң-тының сыҡмаһын, тип тәкрарланым бала уйы менән. Ә әсәйемә килгәндә, көн һайын хат көткән була, нимәгәлер өмөтләнә. Әйҙә, көтһөн, тим эсемдән, әҙәм балаһын бит ана шул өмөт йәшәтә! Шулай итеп, атайым, мәңгелеккә билдәһеҙ һалдат булып ҡалды. Ул ҡайҙа һәләк булғандыр, ҡайһы ерҙә ерләнгәндер, аҙаҡҡы мәлгәсә шуны асыҡлай алманым. Миңә ҡалһа ул, Мавзолей янында, "Билдәһеҙ һалдат" ҡәберенә ерләнгән һымаҡ. Һуғыштан һуң бер нисә тапҡыр шул ҡәбергә сәскәләр һалырға барҙым. Халыҡ бик күп ине. Тимәк, Советтар Союзында йәшәгән бик күп кешеләр үҙенең олатаһы, атаһы, ҡустыһы, әсәһе, һеңлеһе тап ошонда, "Мәңгелек ут" янған тапҡырҙа ерләнгән, тип иҫәпләй.

Мине 1943 йылдың ҡышында фронтҡа алдылар. Айырма юҡ, фронт ул ваҡытта алғы һыҙыҡта ла, тәрән тылда ла булған төҫлө ине. Бар халыҡ тәүлек әйләнәһенә "Бөтәһе лә фронт өсөн, бөтәһе лә Еңеү өсөн!" лозунгыһы аҫтында эшләне. Тылда ир ҡулы, транспорт етмәне, үтә наҡыҫ аҙыҡты ла фәҡәт карточкалар менән өләшәләр ине. Күптәр аслыҡтан, аҙыҡ етмәүҙән шешенделәр. Йәйге мәлдәрҙә халыҡты ҡырҙа үҫкән, ашарға яраҡлы үләндәр, шулар иҫәбендә һарына ҡотҡарып ҡалды. Һарынаның һабағын түгел, ә картуф бүлбеһенә оҡшаған тамырын ашаныҡ. Мине, берҙән-бер улын, сәстәренә сал төшкән әсәйем оҙата сыҡты. Ул саҡта әсәйем яңы ҡырҡын тултырған ҡатын булған, ә ул ҡартайған, йонсоу ҡарсыҡҡа оҡшап ҡалғайны. Бөгөнгөләй хәтеремдә - ул ауыл осона сыҡҡан да башын эйеп, дауылдарҙа йолҡҡоланған яңғыҙ ҡайын ише баҫҡан. Әсәйем һүнгән ҡарашы менән беҙ ултырған ылауҙы күҙ яҙлыҡҡансы ҡарап оҙатты. Ул һорау билдәһеләй һерәйгәйне. Бына ул бара-тора нөктәләй генә булып ҡалды, һәм һуңғы сиктә, алыҫ офоҡта иреп, бөтөнләй юҡҡа сыҡты. Күңелем менән был хушлашыуҙың беҙҙең өсөн һуңғыһы икәнлеген тойҙом. Ярты йыл үткәс, күрше ҡатын әсәйемдең ҡырҙа ҡышлаған башаҡты ашап үлеп ҡалыуы тураһында хәбәр итте. Яҙмыш ҡушыуы - алғы һыҙыҡта, көнөн-төнөн һине үлем һағалағанда иҫән ҡалаһың, ә тәрән тылда сифатһыҙ башаҡты ауыҙ итеп тә үлеп ҡалырға мөмкин икән! Һуғыш башынан уҡ разведка ротаһында хеҙмәт иттем. Бик күп тапҡырҙар һиҙҙермәй генә, буш кәнсирҙәр тағылған сәнскеле тимерсыбыҡ аша дошман тылына сыҡтыҡ. Ауыр шөғәл ине разведка, беренсенән дошман төнгө күк йөҙөн өҙлөкһөҙ ракетницалары менән яҡтыртып ҡына тора, өҫтәүенә, шылт иткән тауыш ишетелһә лә тирә-яҡты ҡурғаш ямғырына күмеп, тоҫҡап та мәшәҡәтләнмәйенсә уңға-һулға атырға тотоналар. Ни генә тиһәң дә, көн һайын хәтәр сәфәргә барып, унан кире әйләнеп ҡайтыу беҙҙең өсөн ғәҙәти эш иҫәпләнде. Һүҙ ҙә юҡ, айырым юғалтыуҙар ҙа була ине, әммә беҙ гел генә командование ҡуйған бурысты аҙағынаса, еренә еткереп башҡара, үтәй килдек. Бер көн беҙҙе дошмандың тәрән тылына самолет менән ырғыттылар. Бурыс - нисек кенә булһа ла немецтарҙың штабына үтеп инеп, үтә лә мөһим документтарҙы ҡулға төшөрөргә тейешбеҙ. Шулай эшләнек тә, теге урынды табып, көтмәгәндә һөжүм итеп, йәшерен документтарҙы алып, штабты яндырып, көлөн күккә осорҙоҡ. Ун кешенән торған төркөм кире ҡайырылды, әммә йылғаны кисер ерҙә беҙҙе көтөп тороп әҙерлекле засада ойошторҙолар, сөнки мөһим ҡағыҙҙар беҙҙең командованиеның ҡулына эләгергә тейеш түгел! Йылға ярында үлемесле алыш башланды, алыш ҡына түгел, ерҙең аҫтын-өҫкә әйләндергән, күк менән ерҙе бутаған утлы ҡойон! Ҡыҫҡа ваҡыт эсендә һигеҙебеҙ, шулар иҫәбендә төркөм етәксеһе, өлкән лейтенант Лобанов һәләк булды. Һәйбәт командир ине ул, ҡул аҫтындағыларҙы һаҡлай, яҡлай, ҡәҙерләй белде, һалдаттарға һуңғы телем офицер паегын бүлеп бирә торғайны. Һәм һуңғы һулышына саҡлы һалдатын күкрәге менән ҡаплап йән бирҙе. Теге йәш һалдатты һаҡларға тырышты, әммә уныһы ла тиҙҙән мина шартлауына эләкте. Һуңғы сиктә ҡаҙаҡ егете Тимербай менән икәүҙән-икәү генә тороп ҡалдыҡ. Дәрәжәгә ярашлы ике кешенән торған төркөм етәксеһе булып ҡалдым. Алыш мәлендә һулаҡай ҡулбашыма мина ярсығы инеп ултырҙы. Әйткәндәй, ул әле лә шунда, һуңынан эҙемтәләре насар булыр, тип табиптар алырға ҡушмай. Шул ярсыҡ көндәр боҙолғанда тынғылыҡ бирмәй йөрәккә үткәреп һыҙлай. Һуңғы патронға тиклем атып бөтөрөп, башҡа һуғыш боеприпастарын ҡулланып бөтөп, йылға ҡырлатып барып күтерҙә, ҡамышлыҡ араһында ике көн буйы муйындан ҡойола яттыҡ. Немецтар батҡаҡлыҡты тирә-яҡтан уратып алдылар, тик яҡынларға ҡурҡтылар, һипһенделәр шикелле. Баш өҫтөндәге ҡояш аяуһыҙ ҡыҙҙыра, ләпәкәйсерәкәйҙәр өйөрө биттәргә һылашҡан, һаҙлыҡ түбәнгә табан һөйрәй, ашау хаҡында уйларға ла ярамай, өҫтәүенә, үлтереп һыуһата. Ысын мәғәнәһендә тамуҡ, ысынбарлыҡта булған тамуҡ. Өндәшмәй-һөйләшмәй, үҙебеҙҙең ҡайҙалығыбыҙҙы белгертмәй, боҫоп ятабыҙ шулай. Бер тәүлектән һуң немецтар беҙҙе үлгәнгә иҫәпләп, ян-тирәгә миналар ҡуйып ҡамауҙы алдылар. Миналарҙа шартламай ҡалдыҡ, сөнки Тимербай сапер булараҡ, ул эште бик яҡшы белә ине. Шуға үҙебеҙҙекеләр яғына һуҡмаҡ яһап, шунда табан шыуыштыҡ. Барыуы ауыр, тик төнөн генә хәрәкәтләнергә мөмкин. Өсөнсө көн тигәндә ҡан күп юғалтыуҙан бөтөнләй хәлем бөттө, үҙаллы шыуыша алмай башланым, ваҡыт-ваҡыт аң юйылып һаташтыра ла. Иҫемә килгән мәлдә Тимербайға былай тинем: "Ташла мине, документтарҙы ал да үҙең генә кит, мине өҫтөрәп ваҡытыңды әрәм итмә. Документтарҙы кәрәкле урынға тапшыр, ә миңә бында бер патрон да етә, тағы гранатам бар, әгәр беҙҙең эҙгә төшһәләр, бер аҙға ғына уларҙы тотҡарлай алам...." Юҡ, ул ташламаны, өҫтөнә мине ауҙарып шыуышыуын дауам итте. Киткән арабыҙ ҙа ташҡа үлсәйем, ташбаҡа аҙымы. Тағы ла өс көн үтте. Ярам эренләй башланы, тирә-яғы күм-күк, гангрена билдәләренә оҡшаған. Барыбер ҡайтып еттек. Беҙҙең окопҡа шыуышып төшкән мәлдә немец снайперы Тимербайҙың ҡаҡ маңлайына атып тейҙерҙе. Ул тыпырсынмай ҙа йән бирҙе. Дуҫым мине ҡотҡарҙы, ә үҙе осраҡлы атылған пулянан һәләк булды. Улай тиһәң, һуғышта осраҡлы атылған снарядтар, миналар, патрондар, юғарынан бушлыҡҡа ырғытылған бомбалар булмай, ул кемгә лә булһа тәғәйенләнә, тоҫҡала. Мине шунда уҡ Мәскәү дауаханаһына оҙаттылар, ары Тулаға, шунан Һамарға. Күпме генә тырышлыҡ һалһалар ҙа, ҡулымды һаҡлап ҡала алманылар, ҡырҡтылар. Теге разведка өсөн һәләк булғандарҙы үлгәндән һуң, шул иҫәптән мине Хәрби Ҡыҙыл Байраҡ ордены менән бүләкләнеләр, ә командирыбыҙҙы Герой исеменә тәҡдим иткәндәр. Уға ул дәрәжә бирелгәнмелер, юҡмылыр, миңә билдәһеҙ ҡалды. Күп дауаханаларҙа аунай, дауалана торғас, 1947 йылдың башында ғына ҡайтып индем. Ҡайттым. Ауылда бер яҡыным да юҡ, япаяңғыҙым тороп ҡалғанмын икән дә баһа. Ауыл, тулыһы менән тиерлек, емереклек хәлендә ҡалған: кәртә бағаналары сереп аушайған, ферма ҡыйығын малға аҙыҡ итеп ашатып бөткәндәр, ҡыйыҡ үләкһә мал ҡабырғалары ише һерәйеп күренә. Ҡайтыу менән мине, зәғиф кешене, ҡырсылыҡ бригадиры итеп тәғәйенләп ҡуйҙылар, яҙмыш ҡушыуы буйынса атайымдан ҡалған эште дауам иттем... Яйлап, әкренләп хужалыҡ аяҡҡа баҫты, ә 60-сы йылдар башында колхоз миллионер исеменә лайыҡ булып, дан алды. Хужалыҡтың дөйөм үҫешендә, моғайын, минең дә хеҙмәтем булғандыр, көтмәгәндә Ленин ордены менән бүләкләп ташланылар. Мәленән алда инвалидлыҡ буйынса пенсияға сыҡтым, тик ҡул ҡаушырып ултырыу миңә килешмәй, бына улыма ҡулдан килгәнсе ярҙам итеп маташам. - Ир уйҙарына бирелеп ултыра бирҙе лә, ниһайәт, ысынбарлыҡҡа әйләнеп ҡайтты. - Егеттәр, әгәр ҡарбуз кәрәкһә, көндөҙ туранан атлап килеп һорағыҙ, ә былай итеп, төн ҡараңғылығына йәшеренеп-боҫороноп түгел... - Башлағанын әйтеп бөтөрмәй, сәләмәт ҡулын ғына һелтәне бары.

- Кагда тимно, удобны вид. - Батырйән ҡыйыулана төштө.

- Ризамын, хилаф эштәр төндә ҡылына ғәҙәттә. Ә һеҙ изге эшегеҙҙе, изге теләктәрегеҙҙе бысрандырҙығыҙ, йәмһеҙләнегеҙ! - Ир урынынан ҡалҡты. - Әйҙәгеҙ, барып ҡарбуздың иң бешкәнен табып алайыҡ әле. Ҡараңғы булһа ла, хәҙер "һә" тигәнсе табабыҙ уны! - Фонарҙе ҡулына алып, юғары күтәреп тышҡа сыҡты ла беҙҙе эйәртеп алдан төштө. Ошоғаса ярһып абалаған эт нишләптер ҡапыл йыуашайып, тынып ҡалғайны, беҙҙе абайлағас, ҡойроғон да болғап ҡуйҙы хатта.

- Йә, Барс, итәғәтле Барсик, тынысландыңмы инде? Дөрөҫ эшләйһең. Мин асыҡланым, былар һәйбәт малайҙар! - Ир фонарҙе ергә ҡуйып этенең башынан һыйпаны.

Киндер тоҡҡа ҙурҙан берәү, бәләкәсерәктән ике ҡарбуз төшөп ятты.

- Ҙур ҡарбуз ҡарсыҡ өсөн, бәләкәйерәк икәүһе һеҙгә ҡыйыулығығыҙ өсөн бүләк. Тик бер үтенесем бар, бынан бүтән урлыҡ эштәре менән берүк булашмағыҙ. Ҡыйыулыҡ, ғәҙеллек, бер ваҡытта ла бурлыҡ менән йәнәш тора һәм йөрөй алмай. - Ҡарауылсы баяғыса фонарен күтәрә биреп яр ҡырына килде. - Ҡайтыу яғына юлды табырһығыҙмы?

- Найдем кәнишне, мертвыми глазами найдем! - тинем йылмайып.

- Хәҙер теге яҡ ярға сығығыҙ ҙа һул ҡулға тартығыҙ, унда ҡайтыр һуҡмаҡ. Ә һин, - ир Батырйәнгә ҡайырылды, - атайыңа бында булғандар хаҡында һөйләмә. Мин уға барыһын да теҙеп үҙем аңлатырмын. Һуңынан. Минән күп итеп сәләм күндер, Иван Николаевич Трубников минең исем фамилиям. Һинең атайың һәйбәт кеше, абруйлы етәксе, ҡырсылыҡ эштәрен минең мәрхүм атайым шикелле энәһенән ебенә ҡәҙәр белә, бар йәһәттән дә уға оҡшарға тырыш!

Һыуҙы сығып, теге яҡ үргә күтәрелгәс әле, артыма әйләнеп ҡараным. Унда төн ҡараңғылығында өмөт саткыһылай ут нөктәһе йызлай ине. Иван ағай фонарен яҡтыртып, йәшелсә баҡсаһын ғына түгел, тотош тирә-яҡты, хатта ер шарын ҡараңғылыҡтан, хаслыҡтан, уғрылыҡтан һаҡлап, ҡарауыллап тора төҫлө. Һәр хәлдә, шул минутта миңә шулай тойолдо...

(Аҙағы. Башы 39-42-се һандарҙа).

ИНТЕРНЕТТАН

ЙӘЙӘҮ ЙӨРӨҮ...

ғүмер өҫтәй

■ Табиптар әйтеүенсә, көнөнә бер сәғәт йәйәү йөрөү йәки физкультура менән шөғөлләнеү ғүмерҙе 4,5 йылға оҙайта. Бостондағы Гарвард медицина мәктәбе тикшеренеүселәре үткәргән тәжрибәләр күрһәтеүенсә, аҙнаһына бер тапҡыр 75 минут ҡына булһа ла саф һауала йөрөү 1,8 йыл ғүмер өҫтәй.

■ Кешеләр табиптар тураһындағы сериалдарҙы һәм медицинаға бағышланған телешоуҙарҙы ярата, сөнки улар үҙҙәре тураһында күберәк белергә теләй. Һәр хәлдә, бындай тапшырыуҙарҙың популярлығын Короллек медицина йәмғиәтенең психиатрия бүлеге президенты, профессор Грегори Иккос ошолай аңлата. BBC аныҡлауынса, һуңғы йылдарҙа кеше үҙенең тән төҙөлөшө тураһында ысынлап та күберәк белә башланы. Хәҙер нимә ул арҡа мейеһе йәки веноз ҡан әйләнешенең артериаль ҡан әйләнешенән нимәһе менән айырыла икәнен барыһы ла аңлата ала. Әммә медицина бер урында тормай, шуға ла кешелек тә унда ниндәй үҙгәрештәр һәм яңылыҡтар барлығын белгеһе килә һәм ошондай шоуҙар ҡарай башлай. Белгестәр иҫкәртеүенсә, бындай телетапшырыуҙарға ышанырға һәм һуңғы яңылыҡтарҙы уларҙан эҙләргә ярамай, сөнки уларҙың сюжеты медицина белеме бөтөнләй булмаған кешеләр тарафынан уйлап сығарыла.

■ АҠШ ғалимдары белдереүенсә, иртә - тәүлектең иң бәхетле мәле. Ике йыл дауамында психологтар Twitter социаль селтәре ҡулланыусыларын анализлаған. Хәбәрҙәр араһында ғалимдар тойғоларҙы белдереүсе һүҙҙәрҙе эҙләгән. "Барыһы ла яҡшы", "супер", "фантастика" һүҙҙәрен яҡшы кәйефтәге кешеләр әйткән, ә "ҡурҡам", "хәүефләнәм" тигән һүҙҙәр кешенең үҙен насар тойоуын күрһәткән. Статистика күрһәтеүенсә, аҙнаның ниндәй көнө булыуына ҡарамаҫтан, кешеләрҙең кәйефе иртәнсәктән кискә ҡарай ҡырҡа насарайған. Бәхет тойғолары төрлө байрамдарҙа тағы ла көсәйеп китә икән. Әммә кешеләр үҙҙәрен Яңы йыл байрамы мәлендә һәм, ғөмүмән, декабрҙән ғинуарға тиклем бигерәк бәхетле тоя.

■ Швеция ғалимдары раҫлауынса, көнөнә 1 сынаяҡ ҡара сәй эсеү 2-се типтағы шәкәр диабеты хәүефен түбәнәйтә. Британияның медицина журналы яҙыуынса, ғалимдар 50 илдә йәшәүселәр тураһындағы мәғлүмәттәрҙе тикшергән. Был һандарға ҡараһаҡ, ҡара сәйҙе иң күбе Бөйөк Британияла, Ирландияла, Төркиәлә эсәләр. Төньяҡ Корея, Бразилия һәм Ҡытайҙа сәйҙе аҙ эсәләр. Көнөнә бер тапҡыр булһа ла ҡара сәй эсергә ғәҙәтләнеүселәрҙә шәкәр диабеты һирәк осрай. Быны статистика ла раҫлай, әммә ғалимдар был күренештең сәбәбен асыҡлай алмаған.

■ Генетик яҡтан эсәк яман шешенә бирешеүсе кешеләр фолий кислотаһына бай аҙыҡ-түлек ҡулланып, сирҙе иҫкәртә ала. Уларға көн һайын яҡынса 400 грамм фолий кислотаһы ҡулланырға кәрәк: ул бигерәк тә шпинатта, брокколи кәбеҫтәһендә, күсәнле кәбеҫтәлә, бауырҙа күп.

ХӘТЕРКИТАП

Йылайыр районының Ҡәҙерша ауылы аҡһаҡалы Нуретдин Хәсән улы Игебаев гәзитебеҙҙең элекке бер һанында ("Туфан яйлап ҡалҡа", 2008 йыл, 6 сентябрь, №36) халҡыбыҙҙың кешелек донъяһында тотҡан урынына бәйләп, рәхмәт һүҙенең әһәмиәте хаҡында шулай тигәйне: "...башҡорттар Урал төбәгендәге иң рәхмәтле халыҡтыр. Күпме халыҡ вәкилдәрен сукындырыуҙан, крепостнойлыҡ ҡоллоғона төшөүҙән, аслыҡ-ялангаслыҡтан, ҡырылып бөтөүҙән йолоп ҡалған, үҙебеҙгә һыйҙырған милләт беҙ...
Беҙ "Рәхмәт" һүҙенә үтә ябайлаштырып ҡарайбыҙ. Белгегеҙ килһә, "Рәхмәт" фатихаға торошло мөғжизәле, доғаға тиң һүҙ ул. Дөрөҫөн әйткәндә, беҙ был донъяла "Рәхмәт" һүҙе өсөн йәшәйбеҙ. Юҡҡа ғына "Бер рәхмәт мең бәләнән ҡотҡарыр" тимәгәндәр. Бында рәхмәтте яулаған кеше хаҡында ғына һүҙ бармай, был һүҙҙе ваҡытында әйтә белеү ҙә бәндәне мең бәләләрҙән ҡотҡара. "Рәхмәт"те яулап ала белергә лә кәрәк. Был һүҙ ваҡытында һәм урынлы әйтелергә тейеш..."

РӘХМӘТ ӘЙТЕҮ САРАҺЫ...

Әлшәйҙә, Сурайҙа үтте

Ғүмерлек уҡытыусылар

Уҡытыусылар көнөндә Әлшәй районының Сурай ауылындағы "Ағинәй" мәсетендә үткән сара ысын мәғәнәһендәге "Рәхмәт әйтеү" тантанаһына әүерелде. Ошо ауылда тыуып үҫкән билдәле шәхес, Башҡортостанда ғына түгел, Рәсәйҙә билдәле эшҡыуар, "РУМИКС" ғилми-етештереү фирмаһы яуаплылығы сикләнгән йәмғиәт директоры Миңзәлә Вәлиулла ҡыҙы Фазлетдинова үҙенең уҡытыусыһы Радик Тимерхан улы Мостафинға бағышлап ҡорбан салдырып, хәтер һәм ҡәҙер кисәһе ойошторҙо. Сараға Сурай мәктәбе уҡыусылары һәм уҡытыусылары, оло йәштәге ауылдаштары килде. Кисәне Сурай дөйөм урта белем биреү мәктәбе директоры Солтангәрәева Зәкиә Ғәлимйән ҡыҙы алып барҙы, мәсеттең имам-хатибы Жәүит Һәүбән улы Ризуанов Радик Мостафин рухына доға бағышланы.

Радик Тимерхан улы Мостафин 1934 йылда Ташлы ауылында тыуған. Атаһы һуғышта һәләк була, әсәһе лә донъя ҡуйғас, Өфөләге балалар йортона (ул хәҙерге Рәми Ғарипов исемендәге 1-се Башҡорт республика интернат-гимназияһы) барып эләгә. Артабан Тимирязев исемендәге Мәскәү педагогия институтында уҡып сыҡҡас, 21 йәшендә Ҡармыш ауылына эшкә ҡайта. Ҡайтҡас та уны директор итеп ҡуялар. Һуңынан тыуған ауылындағы мәктәпкә күсә. Мәғариф системаһында 40 йылдан ашыу эшләгәндән һуң ауыл хакимиәте башлығы булып хеҙмәт итә.

Әлшәй районы мәғариф бүлеге хеҙмәткәре Рәсимә Радик ҡыҙы атаһы хаҡында беҙгә шундай мәғлүмәт еткерҙе: "Атайыбыҙ һуңғы көнөнә тиклем уҡытыусы булып ҡала белде. Ысын уҡытыусылар - ғүмерлек уҡытыусылар. Ташлы ауылы халҡы донъя ҡуйғанына тиклем уға кәңәш

ТӘБИҒӘТ МӨҒЖИЗӘЛӘРЕ

ТАНЫШ ТҮГЕЛ ТАНЫШТАР

Әгәр биологик төрҙәр йөҙәр мең йылдар дауамында формалашһа, уларҙың тәбиғәттән юҡҡа сығыуы күпкә тиҙерәк бара. Шуға ла биологик күптөрлөлөктө һаҡлау, өйрәнеү өсөн айырыуса һаҡланыусы тәбиғәт биләмәләре булдырыла. Бөрйән районындағы ике ҡурсаулыҡ, милли парк, заказниктар ошондай биләмәләргә инә лә инде.

1 2 3 4

Илдус НУРМӨХӘМӘТОВ фотолары.

Беҙгә беленмәһә лә, һәр төр - үҫемлек, хайуан, микроорганизм һ.б. - тәбиғәттә үҙенең төп ролен уйнап ҡына ҡалмай, экологик тигеҙлекте һаҡлауға ла үҙ өлөшөн индерә. Мәҫәлән, пенициллинды иҫкә төшөрһәк, ул да бит тик зарар ғына килтереүсе тип һаналған үңәҙ бәшмәктәрҙән алына һәм уның ярҙамында күпме кешенең хайуандарҙың ғүмере ҡотҡарыла!

Бәшмәктәрҙе өйрәнеүсе белгестәр һирәк, беҙҙең ҡурсаулыҡта ла уларҙың төрҙәре яҡшы өйрәнелмәгән. Мин "Шүлгән-Таш" дәүләт ҡурсаулығының ботанигымын - үҫемлектәр донъяһын өйрәнәм. Һуңғы йылдарҙа бәшмәктәрҙең төрҙәре менән дә ҡыҙыҡһына башланым, осраҡандарының төрҙәрен билдәләй һалып, исемлеккә теркәп ҡуям. Составына "Шүлгән-Таш" дәүләт ҡурсаулығы ла ингән "Башҡорт Уралы" биосфера резерватында әлеге көндә 650 төр бәшмәк иҫәпләнә, шуларҙың 247 төрө ябай күҙгә күренмәгән бик бәләкәс, ваҡтар. Улар башлыса мәмерйәләрҙә өйрәнелгән. Беҙҙең урмандарҙа һәм урманлы далала был организмдар өсөн шарттар яҡшыларҙан түгел - дымлылыҡ етмәй. Әммә ағастарҙы тарҡатыу-

һорап килде. Ауылдаштарына зыяратта туғандары ерләнгән урындарын табышырға, мәрхүмдәргә ҡәбер урындарын билдәләргә ярҙамлашты, хатта бесәнгә төшкән егеттәрҙең салғыларына тиклем сүкеп ултырҙы. Салғы сүкергә лә уҡытыусы һымаҡ өйрәтте. 2 октябрҙә уның баҡыйлыҡҡа күсеүенә 13 йыл тулды. Рима, Дамир туғандарым исеменән атайымды ололап иҫкә алыуығыҙ өсөн рәхмәт белдерәм. Атайыбыҙ баҡыйлыҡҡа күскәнсә шәжәрәбеҙҙе төҙөнө һәм өсөбөҙгә лә нәҫел ағасыбыҙҙы яҙып ҡалдырҙы. Үҙен зона буйынса шәжәрә байрамы үткән көндә ерләнек. Үҙебеҙҙең һәм ауылдаштарыбыҙҙың шәжәрәһен төҙөп өлгөргәнө өсөн был гәмәленән риза булып баҡыйлыҡҡа күсте ул. Беҙҙең тамырҙар Ҡармыш, Сурай ауылдарына ялғана. Шуға күрә сараның тап Сурайҙа үтеүе лә урынлы..."

Ул милләт тәрбиәләүсе

Миңзәлә Фазлетдиноваға Радик Мостафин Өфө тип аталған оло донъяға сығырға булышлыҡ иткән. Уның мәсеттәге сығышынан бер өҙөк:

"Беҙҙең беренсе уҡытыусыбыҙ Фатиха апай Саубанова булды. Ул һәр ваҡыт беҙҙә уҡытыусыларҙы ихтирам итеү өлгөһө булып торҙо. Уҡытыусы балаһы ғына түгел, милләтте тәрбиәләүсе лә. Уларҙың биргән белеме, тәрбиәһе аша киләсәк быуын үҫә. Әгәр ҙә беҙ белем һәм тәрбиә алһаҡ, ҡайҙа ғына барһаҡ та, кеше булып йөрөй алабыҙ. 2006 йылда "Катын-ҡыҙ директор" титулына эйә булып, хәләл ефетем менән Англияға барҙыҡ. Ҡайтышлай туғандарға бүләк алырға кәрәк булды. Ҡаршыбыҙға йәш кенә егет менән ҡыҙ килә. Уларҙы туҡтатып, инглиз телендә Рәсәйҙән килеүебеҙҙе әйтеп, бүләк алырлыҡ магазиндарҙы һораштым. Егет ҡайҙа ниндәй магазин барлығын иремә аңлата башланы. Аптырауға ҡалдым: нишләп ул минә, йәғни һорау биреүсегә был хаҡта һөйләмәй икән? Бәктиһәң, инглизҙәрҙә ескә заттың түгел, уның янындағы һаҡсыһының ғына күҙенә тура ҡарап нимәнелер аңлатыу, мәғлүмәт еткереү мәҙәниәте бар икән.

Ҡармыш мәктәбе директоры булып эшләүсе Радик Тимерхан улы уҡыусыларында ғына түгел, үҙенең уҡытыусыларында ла ана шундай кимәлдәге шәхестәр тәрбиәләргә ынтылды. Минән алда ла уҡыусылар кемеһелер балалар йортона, интернат-мәктәпкә барып урынлаштылар. Мин дә 7-се класты тамамлаған ун дүрт йәшлек сибек кенә ҡыҙыҡай инем. Шул тиклем уҡығым килә. Һораша башлағас, 1960 йылда Өфөлә интернат-мәктәп барлығын белдем. Йома көндө ауылыбыҙ ҡатындары район үҙәгенә баҙарға баралар ине. Уларға эйәреп, Раевкаға барҙым. Ронога инһәм, унда Радик Мостафинды осраттым. Нишләп йөрөүемде һорашты. Уҡығым килә, ҡайҙа барырға була икән, тинем. Ул мәғариф бүлегендәге хеҙмәткәрҙәр менән һөйләште лә: "Әгәр ҙә бөгөн ауылға ҡайтып, бер справка алып килеп өлгөртһәң, документтарың Өфөгә китә", - тине. Йүгереп ҡайттым, йүгереп килдем, справканы өлгөрттөм. Документтарым китте, минең иһә ауылға ҡайтыр өсөн атларлыҡ та хәлем ҡалмағайны. Уның ҡарауы, Радик Тимерхан улының ярҙамы менән Өфөләге 1-се республика башҡорт интернат-мәктәбендә уҡый башланым.

Изгелек менән һынау мәктәбе

Сурай урта мәктәбе директоры Зәкиә Солтангәрева үҙенең сығышында Радик Тимерхан улының педагогик эшмәкәрлегенә баһа бирер үтте:

"Беҙ һуңғы йылдарҙа мәктәптәрҙә ир-ат уҡытыусылар етешмәүе хаҡында күп һөйләйбеҙ. Ташлы мәктәбендә эшләгәндә Радик Мостафин ун бишләгән ир-егетте уҡытыусылыҡҡа йәлеп итә. Күбеһенең педагогик белеме лә булмай, уларға махсус юғары белем алыуға ярҙам итә, ситтән тороп уҡырға индерә. Ул уҡытыусылар әле булһын атҡаҙанған исемдәргә лайыҡ булып эшләп йөрөйҙәр.

Радик Тимерхан улының өс балаһы ла атаһының юлын дауам итә. Оло ҡыҙҙары Рима Радик ҡыҙы ҡырҡ йылдан ашыу мәктәптә физика һәм математика фәндәренән уҡытты, директор, завуч булып эшләне. Икенсе балаһы Дамир Мостафин шулай уҡ мәктәптә физиканан уҡытты. Артабан ауыл хакимиәте башлығы булып эшләп, хәҙер Әлшәй районы хакимиәте башлығы вазифаһында. Рәсимә Радик ҡыҙы ла оҙаҡ йылдар Ҡармыш мәктәбендә физика, математика фәндәрен уҡытып, бөгөн район мәғариф бүлеге хеҙмәткәре.

Рима Радик ҡыҙы атаһының тормош девизын шулай билдәләй: "Кешене тик изгелек эшләп кенә һынап була. Әгәр кеше һинең изгелегенә изгелек менән яуап бирә икән, был кешенең иң юғары баһаһы. Атайым бик талапсан һәм ғәҙел етәксе булды. Ул кешене матур һүҙҙәр менән генә түгел, ә изге эштәр менән күтәрә белде. Ҡайҙа ғына эшләһәң дә, тик яҡты эҙ ҡалдырырға өйрәтә торғайны..."

Барлыҡ рәхмәттәр ҙә уға!

Ул көндө Сурай ауылы мәсетендә иң күп тапҡыр яңғыраған һүҙ "Рәхмәт!" булғандыр. Тағы ла шуныһы: был һүҙҙәр сарала ҡатнашыусыларҙың кемеһенә генә төбәлеп әйтелмәһен, ауыл ултырған төбәктең ысын мәғәнәһендәге уҡытыусыһы, тәрбиәсеһе Радик Тимерхан улы Мостафинға барып ялғанды һәм барлыҡ рәхмәттәр һуңғы сиратта уға әйтелде. Был йәһәттән бер генә дәлилде әйтеп үтергә кәрәктер: әгәр ҙә Радик Тимерхан улының хәстәрлеге булмаһа, Миңзәлә Вәлиулла ҡыҙы оло донъяларға - Өфөләргә нисек сығып китер ине лә, атаҡлы эшҡыуар Ҡадурий Әбдрәхим улы Фазлетдиновты осратыр инеләме, үҙ эштәрен асып, меңәрләгән-меңәрләгән кешеләргә ярҙам итә алыр инеме? Сурайҙа мәсет һалыуҙы, һуғыш ветерандарына стела асыуҙы ойоштороусылар ҙа, был изге эштәрҙең төп спонсоры булыусылар ҙа, ауыл мәктәбен ябылыуҙан һаҡлап ҡалыусылар ҙа улар. Ә бит, төптән уйлап ҡараһаң, ошоларҙың барыһының нигеҙендә Радик Мостафиндың тынғыһыҙ педагогик эшмәкәрлеге ята.

ӘЙТКӘНДӘЙ...

Бәндәләренең бер-береһенә һәм Үҙенә рәхмәтле булыуҙарына һөйөнөп, Хоҙай Тәғәлә лә Үҙ рәхмәтен әйтергә ашыҡты. Кисә башланыуға күптән һыуһыҙ сарсап ҡорғаҡһыған ерҙе рәхәтләндереп ауылда ямғыр яуырға тотондо.

Әмир ҒҮМӘРОВ.

сы бәшмәктәр күп, сөнки улар өсөн урман тулы ауған һәм кипкән ағас. Улар бәшмәклектәре (мицелий) һәм саң кеүек ваҡ споралары ярҙамында яҡшы үрсеүгә һәләтле. Ҡурсаулыҡтағы тиҫтәләрсә йылдар ҡулланылған ботаник маршрутта (яҙҙан көҙгәсә айырым майҙансыҡтарҙа үҫемлектәрҙең үҫешеү процесын өйрәнәбеҙ) ҡайһы саҡ яңы төр бәшмәктәр осрап ҡуя. Ер өҫтөнә килеп сығыу өсөн улар тейешле шарттарҙы оҙаҡ көтөргә мәжбүр булалар. Бәшмәклек тәне, ҡыу бәшмәктәрҙекенән (трутовик - **3-сө һүрәт**) айырмалы, оҙаҡ йәшәмәй: 2-7 көн генә була ла, башҡаса йылдар дауамында күренмәй.

Беҙ үҙебеҙгә ашарға яраҡлы бер нисә генә эшләпәле бәшмәкте танып беләбеҙ - ҡайын бәшмәге, баллы бәшмәк, уҫаҡ бәшмәге һ.б. Шуныһына иғтибар иттем: бәшмәктәр тураһында күберәк белгән һайын, улар шул тиклем йышыраҡ күҙгә салына башлай. Мәҫәлән, бер ваҡыт күҙемә ағас олононда юйманы хәтерләткән ваҡ ҡына алһыу шарҙар салынды. Был ағас ликогалаһы (ликогала древесинная - **2-се һүрәт**) тигән бәшмәк булып сыҡты. Бер-ике көндән, споралары өлгөрөп еткәс, шарсыҡтар ҡурғаш кеүек һоро төҫкә инде. Ә ҡайһы бер бәшмәктәр хатта бер көндән юҡҡа сығалар, мәҫәлән, бәләкәс кенә, нескә эшләпәле һөтлә мицена (мицена молочная - **4-се һүрәт**) икенсе көнөнә булмаясаҡ.

Ҡайһы ваҡыт ҡыҙыҡлы табыштарға ла юлығып ҡуябыҙ. Милли парк биләмәһендә ғилми хеҙмәткәребеҙ Илдус Нурмөхәмәтов шәмәхә төҫөндәге бәшмәктәргә юлыҡҡан. Был матур эшләпәләр хужаһының русса атамаһы "волоконница земляная" (**1-се һүрәт**). Шуныһы ҡыҙыҡ, ул һарғылт аҡ төҫтә лә булырға мөмкин һәм был осраҡта уның тап ошо төргә ҡарауын билдәләүе ауырыраҡҡа тура килә. Илдус Марат улы Кәшәлә йылғаһы буйында трутовик зонтичный тип аталған тағы бер бәшмәк төрөн тапҡан. Уны бер тапҡыр күрһәң, ғүмергә иҫтә ҡала, башҡалар менән бутау мөмкин түгел. Әммә бәшмәктәрҙең был төрө бик һирәк осрай, Рәсәйҙең Ҡыҙыл китабына индерелгән.

Әйткәндәй, гәзит уҡыусыларға ла мөрәжәғәт итке килә: әгәр ҡыҙыҡлы тип тапҡан бәшмәктәрҙең (шулай уҡ үҫемлектәр, бөжәктәр, хайуандар) фотолары бар икән, уларҙы беҙҙең ҡурсаулыҡтың kapova@inbox.ru электрон адресына ебәрә алаһығыҙ, беҙ уларҙың төрөн билдәләп, һеҙгә мәғлүмәт еткерербеҙ. Бәшмәктәрҙе фотоға ситтән, шулай уҡ эшләпәһен өҫтән һәм аҫтан төшөрөргә кәрәк. Былар бөтәһе лә уларҙы икенсе төр менән бутап ҡуймаҫ өсөн эшләнелә. Яҡташтарыбыҙҙы иҫкәртергә лә теләр инем: бәшмәктәрҙе ҡулланғанда бик һаҡ булырға кәрәк, үҙегеҙ белгән, тик яҡшы торОштағы, йәш бәшмәктәрҙе генә йыйығыҙ. Шулай уҡ уларҙы юл эргәһендә, сүп-сар түгелгән урындарҙа ла йыйырға ярамай, сөнки бәшмәктәр үҙендә зарарлы матдәләрҙе тупларға һәләтле.

Наилә СӘЙФУЛЛИНА,

"Шүлгән-Таш" дәүләт тәбиғәт ҡурсаулығының ғилми эштәр буйынса урынбаҫары, биология фәндәре кандидаты.

УҢЫШ ҠАҘАН

БӘХЕТКӘ УН АҘЫМ

"Теге яҡ"тан ярҙам итеүсе көндәлек факторҙар

Өндәге-төш "теге яҡ"тан ярҙам алыуға булышлыҡ итә. Әммә быға беҙҙең ваҡытыбыҙҙы нисек үткәреүебеҙ ҙә йоғонто яһауы мөмкин. Мәҫәлән, көнөнә бер нисә тапҡыр "ҡара ит" ашауҙы кеше физик мәғәнәлә ҡош ите йәки балыҡ ашаусыға ҡарағанда тығыҙыраҡ була. Вегетариандар рухи тормошҡа бифштексһыҙ йәки кәтлитһеҙ йәшәй алмаусыларға ҡарағанда нығыраҡ әҙер. Был ниндәйҙер етешһеҙлек йә кәмселек менән бәйле түгел. Эш бары тик шунда ғына: ит яратыусылар матди тормошта башҡаларға ҡарағанда тығыҙыраҡ.

Әгәр һеҙ туҡланыу рационында тик ит кенә ҡулланаһығыҙ, ә тормошоғоҙҙа үҙгәрештәр бик кәрәк икән, туҡланыуҙың икенсе, күберәк емеш-еләккә нигеҙләнгән системаһына күсеп ҡарағыҙ. Уға ҡапыл ғына күсеү ҙә кәрәкмәй, быны даими башҡарығыҙ - шулай еңелерәк булыр.

Йоҡлап киткәндә беҙ рухи торошҡа күсәбеҙ. Юғары аң беҙҙең менән төштәр аша аралаша ала һәм аңыбыҙҙы күтәрә - быны уға төрлө хәстәрлектәр менән сорналған уяу саҡтағы аң ҡаршылығынан тыш эшләүе еңелерәк. Юғары аңға асылыуҙың ысулдарының береһе - көсөргәнештән арынған ваҡытта йоҡо алдынан уйҙарыбыҙ Илаһтың ҡурсыуы аҫтында уңайлылыҡ һәм тыныслыҡ тойоуға йүнәлтелгән булырға тейеш.

Кешенең көндәлек эшмәкәрлеге уның кем булыуын асыҡлай: кире ҡағыусы пессимист йәки ыңғай ҡарашлы энтузиаст. Беренселәргә икенсе булырға ярҙам итегеҙ. Һеҙҙең шәхси оптимизмығыҙ башҡаларға ла йоға, әммә үҙҙәрен һөләк кеүек тотоусылар менән аралашҡанда көс запасығыҙҙы исраф итергә лә мөмкин. Әгәр кемдеңдер үҙегеҙгә һөләк кеүек ҡаҙалғанын тойоп та, эшегеҙ һәм йәмәғәт тормошо уның менән аралашыуҙан ҡасырға мөмкинлек бирмәй икән, үҙегеҙҙе аҡ ҡалҡан менән уратып алығыҙ. Был һеҙгә энергия запасын һаҡларға ярҙам итер. Мөмкин булғанда ундай кешеләр менән аралашыуҙан ҡасығыҙ, ижади һәм энергиялы кешеләргә яҡыныраҡ торОғоҙ. Тап уларҙың мөхитендә Юғары аңдың һәм Илаһтың хәстәрлеге булыуы ихтимал.

Көндәлек тормошта "теге яҡ"тың ярҙамына өмөтләнеү еңел түгел, нигеҙҙә беҙҙең көндәлек эшмәкәрлегебеҙ матди хәстәрлектәргә ҡайтып ҡала. Ә мин һеҙҙе тәүҙән үк матди тормоштан ситтә булған яңы кимәлдәргә алып киттем. Матди тормоштан ситтә нимә ятҡанын аңлар өсөн "метафизика" төшөнсәһен ҡулланырға мөмкин. Әммә һуңғы тиҫтә йылдарҙа физика фәне ғалимдары алға шундай ҙур аҙым яһаны, хатта элек метафизика тип иҫәпләнгән концепциялар хәҙер физика сиктәрендә тороп ҡалды. Тимәк, элек шул тиклем алыҫ булып күренгән нәмә эргәбеҙҙә генә.

Аң көсөн тәнде сәләмәтләндереүҙә файҙаланыу рәсми медицинала психокибернетика тип атала. Башҡаларҙы уйҙағы образдар һәм доғалар менән дауалау хәҙер традицион медицинала ла ҡулланыла.

Роберт СТОУН.

(Дауамы бар).

31 ОКТЯБРЯ ПОНЕДЕЛЬНИК

РОССИЯ 1

5.00, 5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 Доброе утро, республика!
9.55 О самом главном. [12+]
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.
11.30, 17.30 "60 минут". [12+]
14.55 Кто против? [12+]
16.30 Малахов. [16+]
21.20 Т/с "Художник". [16+]
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
1.00, 2.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
3.00, 3.50 Т/с "Морозова". [16+]
4.43 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Сәләм".
10.00 Т/с "Сируси" (на баш. яз). [12+]
11.00 Новости недели (на рус.яз).
11.45 Специальный репортаж. [12+]
12.00 Моя планета Башкортостан. [12+]
12.30, 16.30, 17.30, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз).
12.45, 13.45 Дневной канал БСТ.
13.30, 14.30, 18.30, 22.30, 0.15 Новости (на баш. яз).
14.45, 16.45, 23.00 Интервью. [12+]
15.00 М/с "Нурбостан сәйәхәте". [6+]
15.30 "Гора новостей".
15.45 Преград. Net. [6+]
16.00 БашГост. [12+]
17.00 Республика LIVE #дома. [12+]
17.45 Неизвестный Башкортостан. [12+]
18.00 "Бай". [12+]
19.00, 20.30, 23.15, 0.45 Вечерний телецентр.
20.00 "Сәңгелдәк". [0+]
20.15 Пофутболим? [12+]
22.00 Тайм-аут. [12+]
1.45 Спектакль "Кьоджинские перепалки". [12+]
4.00, 5.45 Дневной канал БСТ. [12+]
4.45 История одного села. [12+]
5.00 "Ете егет". [12+]

1 НОЯБРЯ ВТОРНИК

РОССИЯ 1

5.00, 5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 Доброе утро, республика!
9.55 О самом главном. [12+]
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.
11.30, 17.30 "60 минут". [12+]
14.55 Кто против? [12+]
16.30 Малахов. [16+]
21.20 Т/с "Художник". [16+]
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
1.00, 2.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
3.00, 3.50 Т/с "Морозова". [16+]
4.43 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Сәләм".
10.00 Т/с "Сируси" (на баш. яз). [12+]
11.00 Республика LIVE #дома. [12+]
11.30, 12.30, 16.30, 17.30, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз).
11.45, 14.45, 16.45, 23.00 Интервью. [12+]
12.00, 16.00 "Дорога к храму". [0+]
12.45, 13.45 Дневной канал БСТ.
13.30, 14.30, 18.30, 22.30, 0.15 Новости (на баш. яз).
15.00 Детей много не бывает. [6+]
15.30 "Гора новостей". [6+]
15.45 "Ҡош юлы. Балалар". [6+]
17.00 Автограф. [12+]
17.45 "Криминальный спектр". [16+]
18.00 "Елкән". [6+]
18.45 Хоккей. "Салават Юлаев" (Уфа) - "Амур" (Хабаровск). КХЛ.
22.00 "Это моя профессия". [12+]
23.15 Д/ф "Рождение истории". [12+]
0.45 Спектакль "Оль-ля-ля!". [12+]
3.00 Колесо времени. [12+]
4.00, 5.45 Дневной канал БСТ. [12+]
4.45 История одного села. [12+]
5.00 Вопрос + Ответ = Портрет. [6+]

2 НОЯБРЯ СРЕДА

РОССИЯ 1

5.00, 5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 Доброе утро, республика!
9.55 О самом главном. [12+]
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.
11.30, 17.30 "60 минут". [12+]
14.55 Кто против? [12+]
16.30 Малахов. [16+]
21.20 Т/с "Художник". [16+]
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
1.00, 2.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
3.00, 3.50 Т/с "Морозова". [16+]
4.43 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Сәләм".
10.00 Т/с "Сируси" (на баш. яз). [12+]
11.00, 5.15 Республика LIVE #дома. [12+]
11.30, 12.30, 16.30, 17.30, 21.30 Новости (на рус. яз).
11.45, 14.45, 16.45, 23.00 Интервью. [12+]
12.00 Дознание. [16+]
12.15, 3.45 История одного села. [12+]
12.45, 13.45 Дневной канал БСТ.
13.30, 14.30, 18.30, 22.30, 0.15 Новости (на баш. яз).
15.00 "МузКәрәҙ". [6+]
15.30 "Гора новостей".
15.45 "КультУра". [6+]
16.00 Тайм-аут. [12+]
17.00 "Это моя профессия". [12+]
17.45 "Ҡурай даны". [12+]
18.00, 2.45 Автограф. [12+]
19.00, 20.30, 23.15 Вечерний телецентр.
20.00 "Сәңгелдәк". [0+]
20.15 Полезные новости. [12+]
22.00 Историческая среда. [12+]
0.45 Спектакль "Тамарис". [12+]
3.15 "Бай". [12+]
4.00, 5.45 Дневной канал БСТ. [12+]
4.45 Тормош. [12+]
6.30 Новости (на рус. яз). [0+]

3 НОЯБРЯ ЧЕТВЕРГ

РОССИЯ 1

5.00, 5.10, 5.41, 6.10, 6.41, 7.10, 7.41, 8.10, 8.41 Утро России.
5.07, 5.35, 6.07, 6.35, 7.07, 7.35, 8.07, 8.35 Местное время. Вести-Башкортостан. Утро.
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Башкортостан.
9.30 Доброе утро, республика!
9.55 О самом главном. [12+]
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести.
11.30, 17.30 "60 минут". [12+]
14.55 Кто против? [12+]
16.30 Малахов. [16+]
21.20 Т/с "Художник". [16+]
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
1.00, 2.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
3.00, 3.50 Т/с "Морозова". [16+]
3.56 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Сәләм".
10.00 Т/с "Сируси" (на баш. яз). [12+]
11.00, 5.15 Республика LIVE #дома. [12+]
11.30, 12.30, 16.30, 17.30, 20.15, 6.30 Новости (на рус. яз).
11.45, 14.45, 16.45 Интервью. [12+]
12.00 Историческая среда. [12+]
12.45, 13.45 Дневной канал БСТ.
13.30, 14.30, 18.30, 23.30, 2.30 Новости (на баш. яз).
15.00 "Сулпылар". [0+]
15.30 "Гора новостей". [6+]
15.45 "Городок АЮЯ". [6+]
16.00 Патриот РФ. [12+]
16.15 История одного села. [12+]
17.00 Моя планета Башкортостан. [12+]
17.45 "Криминальный спектр". [16+]
18.00, 3.30 Башҡорттар. [6+]
19.00, 0.00 Вечерний телецентр.
20.00 "Сәңгелдәк". [0+]
20.50 Хоккей. "Ак Барс" (Казань) - "Салават Юлаев" (Уфа). КХЛ.
1.00 Спектакль "Судьба выбранная мной". [12+]
3.00 "Аль-Фатиха". [12+]
4.00, 5.45 Дневной канал БСТ. [12+]
4.45 "Дорога к храму". [0+]

4 НОЯБРЯ ПЯТНИЦА

РОССИЯ 1

4.25 Х/ф "Идеальная пара". [12+]
6.10 Х/ф "Катькино поле". [12+]
10.10 Сто к одному.
11.00, 14.00 Вести. День народного единства.
12.00 Большой праздничный концерт "Песни русского мира".
14.40 Т/с "Когда закончится февраль". [12+]
20.00 Вести.
21.15 Местное время. Вести-Башкортостан.
21.30 Ну-ка, все вместе! [12+]
0.20 Х/ф "Герой".
2.30 Х/ф "Заповедник".
4.24 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Доброе утро!" Концерт. [12+]
7.30, 18.30, 22.30, 0.45 Новости (на баш. яз).
7.45, 12.15, 14.30, 20.00 "Орнамент". [6+]
8.00 Х/ф "Радуга над деревней". [12+]
9.30, 16.00 "Йома". [0+]
10.00 Тәмле. Мы вместе. [12+]
10.30 Этно-краса. [6+]
11.00 Это Родина моя! Концерт. [0+]
11.30 "Гора новостей".
11.45, 15.00 Это мы! [6+]
12.30 Спектакль "Нэркэс". [12+]
14.45 "Ҡурай даны". [12+]
15.30, 4.30 Моя планета Башкортостан. [12+]
16.30 "Россия - Родина моя!" Концерт Нефтекамской филармонии. [12+]
19.00 "Честно говоря". [12+]
19.45 Полезные новости. [12+]
20.15 "Сәңгелдәк". [0+]
20.30 "Башҡорт йыры-2022". Телевизионный конкурс среди профессиональных исполнителей башкирской песни. [12+]
21.30, 6.30 Новости (на рус. яз).
22.00, 5.00 Республика LIVE #дома. [12+]
23.00, 3.45 "Ете егет". [12+]
23.45 Колесо времени. [12+]
1.15 Спектакль "Кавардак Forever". [12+]
3.15 Башҡорттар. [6+]
5.30 "Млечный путь". [12+]

5 НОЯБРЯ СУББОТА

РОССИЯ 1

4.25 Х/ф "Приличная семья сдаст комнату". [12+]
8.00 Местное время. Вести-Башкортостан.
8.20 Местное время. Суббота.
8.35 По секрету всему свету.
9.00 Формула еды. [12+]
9.25 Пятеро на одного.
10.10 Сто к одному.
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.40 "60 лет на сцене". [16+]
14.40 Т/с "Тайны следствия-21". [16+]
18.00 Привет, Андрей! [12+]
21.00 Х/ф "Ваша тётя Люси". [12+]
1.00 Х/ф "Шоу про любовь". [12+]
4.15 Х/ф "Бесприданница". [16+]
5.39 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Доброе утро!" Концерт. [12+]
7.30, 18.30 Новости (на баш. яз).
7.45 "Аль-Фатиха". [12+]
8.15 "Это моя профессия". [12+]
8.45 "Ете егет". [12+]
9.30, 21.30, 6.30 Новости (на рус. яз).
10.00 "Елкән". [6+]
10.30 "Гора новостей". [6+]
10.45 Преград. Net. [6+]
11.00 "КультУра". [6+]
12.00 Тәмле. Мы вместе. [12+]
12.30 Новости (на баш. яз)./. [12+]
13.00 Үткән ғүмер. [12+]
13.30 Башҡорттар. [6+]
14.00 "Дарю песню". [12+]
16.00 Колесо времени. [12+]
17.00 "Золотые страницы башкирской классики". Концерт НСО РБ. [12+]
18.50 Хоккей. "Нефтехимик" (Нижнекамск) - "Салават Юлаев" (Уфа). КХЛ.
22.00, 5.00 Республика LIVE #дома. [12+]
22.30, 0.00 Новости недели (на баш. яз).
23.15 "Башҡорт йыры-2022". Телевизионный конкурс среди профессиональных исполнителей башкирской песни. [12+]
0.45 "Башҡорт йыры-2021". [12+]
1.30 Спектакль "Гайфи агай, женись давай!". [12+]
3.15 Д/ф "Рождение истории". [12+]
4.15 Вопрос + Ответ = Портрет. [6+]
5.30 "Млечный путь". [12+]

6 НОЯБРЯ ВОСКРЕСЕНЬЕ

РОССИЯ 1

5.40, 3.15 Х/ф "Крепкий брак". [16+]
7.15 Устами младенца.
8.00 Местное время. Воскресенье.
8.35 Когда все дома с Тимуром Кизяковым.
9.25 Утренняя почта с Николаем Басковым.
10.10 Сто к одному.
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
11.40 "Измайловский парк". Большой юмористический концерт. [16+]
14.40 Т/с "Тайны следствия-21". [16+]
18.00 Песни от всей души. [12+]
22.00 Москва. Кремль. Путин.
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
1.30 Х/ф "Сюрприз для любимого". [12+]
4.57 Перерыв в вещании.

БСТ

7.00 "Доброе утро!" Концерт. [12+]
7.30 Новости (на баш. яз).
7.45, 23.00 Автограф. [12+]
8.15 Тормош. [12+]
8.45 "Ҡурай даны". [12+]
9.00 "Йома". [0+]
9.30 Новости (на рус. яз).
10.00 "Книга сказок". [0+]
10.15 "АйТекә!" [6+]
10.30 "Гора новостей". [6+]
10.45 "Сулпылар". [0+]
11.15 М/с "Нурбостан сәйәхәте". [6+]
11.30 "Ҡош юлы. Балалар". [6+]
11.45 Вопрос + Ответ = Портрет. [6+]
12.30 Новости недели (на баш. яз). [12+]
13.15 Үткән ғүмер. [12+]
13.45, 3.45 История одного села. [12+]
14.00 "Дарю песню". [12+]
15.15 "Дорога к храму". [0+]
15.45, 2.30 Историческая среда. [12+]
16.15, 3.00 "Честно говоря". [12+]
17.00 Д/ф "Аҡмулла". [12+]
17.30 Полезные новости. [12+]
17.45 "С юбилеем, маэстро!" Юбилейный концерт заслуженного и народного артиста РБ Рамиля Гайзуллина. [12+]
19.45 Патриот РФ. [12+]
20.00 Атлас Баженова: Башкортостан. [6+]
20.45 Дознание. [16+]
21.00, 22.30, 4.30 Республика LIVE #дома. [12+]
21.30 Новости недели (на рус.яз).
22.15, 2.15, 6.45 Специальный репортаж. [12+]
23.30 Спектакль "Очень простая история". [12+]
1.30 Итоги недели (на рус. яз).
4.00 "Это моя профессия". [12+]
5.00 "Млечный путь". [12+]
6.00 Итоги недели (на рус. яз). [0+]

СӘНҒӘТ КӨНДӘЛЕГЕ

М. Ғафури исемендәге Башҡорт дәүләт академия драма театры

1 ноябрь "Зөләйха күҙҙәрен аса" (Г. Яхина, Я. Пулинович инсц.). 16+
2 ноябрь "Амеля" (Н. Крашенинников, А. Балғазина инсц.). 12+
3 ноябрь "Ҡара йөҙҙәр" (М. Ғафури). 16+
4 ноябрь "Бәхет хаҡы" (Х. Мөҙәрисова), музыкаль мелодрама. 18.00 16+
5 ноябрь "Ҡоҙаса" (Б.Бикбай, З. Исмәғилев), музыкаль комедия. 18.00 12+
6 ноябрь "Мөхәббәт ҡоштары" (И. Йомағолов), музыкаль комедия. 18.00 16+

М. Кәрим исемендәге Милли йәштәр театры

1 ноябрь "Арба" (Зөһрә һәм Таңсулпан Бураҡаевалар), әкиәт. 11.00 6+
2 ноябрь "Волшебная мельница" (М. Кәрим), әкиәт. 12.00 0+
3 ноябрь "Чиполлино" (Дж. Родари), мажара. 11.00 0+
"Үәт, исмаһам, ахырызаман!" (М. Багаев), комедия. 16+
4 ноябрь "Диңгеҙ ярын иңләй ала эт" (С. Айтматов), хикмәт. 12.00 12+
"Униженные" (З. Биишева), драма. 12+
5 ноябрь "Чиполлино" (Дж. Родари), мажара. 11.00 0+

Башҡорт дәүләт ҡурсаҡ театры

Башҡорт опера һәм балет театрының Бәләкәй сәхнәһендә:
4 ноябрь "Сказка о царе Салтане" (А.С. Пушкин). 12.00, 14.00 6+
5 ноябрь "Три поросенка" (Д. Гараева). 12.00, 14.00 0+
6 ноябрь "Гуси-лебеди" (А. Чалухиди). 12.00, 14.00 0+

Х. Әхмәтов исемендәге Башҡорт дәүләт филармонияһы

31 октябрь "Аленький цветочек" ғаилә өсөн мюзикл. 12.00, 14.00 0+
5 ноябрь "Музыку слушаем вместе". 11.00 0+

Стәрлетамаҡ дәүләт театр-концерт берләшмәһе

3 ноябрь "Аҡ ҡалфаҡ" (М. Фәйзи), драма. 12+
4 ноябрь "России верные сыны" урыҫ халыҡ инструменттары оркестры. 18.00 6+
5 ноябрь "Мы вместе!" "Донбасс" атҡаҙанған дәүләт академия йыр һәм бейеү ансамбле. 18.00 6+
6 ноябрь "Три богатыря и Соловей-разбойник" (А. Зарипов), әкиәт. 12.00 0+
"Минең ҡатынымдың исеме Морис" (Р. Шарт), комедия. 18.00 16+

Салауат дәүләт башҡорт драма театры

2 ноябрь "Бер, ике, өс" (О. Жанайдаров). 13.00, 19.00 18+
5 ноябрь "Юл ҡағиҙәләре әкиәте" (Л. Ниғмәтуллина инсц.). 13.00 0+

А. Мөбәрәков исемендәге Сибай дәүләт башҡорт драма театры

Ейәнсура районы буйлап **"Шахтер"** (Б. Ҡаһарманова) драмаһы менән гастролдәр:
31 октябрь - Үрге Муйнаҡ;
1 ноябрь - Иҙелбәк;
2 ноябрь - Үтәғол;
3 ноябрь - Абзан ауылдарында. 19.00 12+

НАМАҘ ВАҠЫТТАРЫ

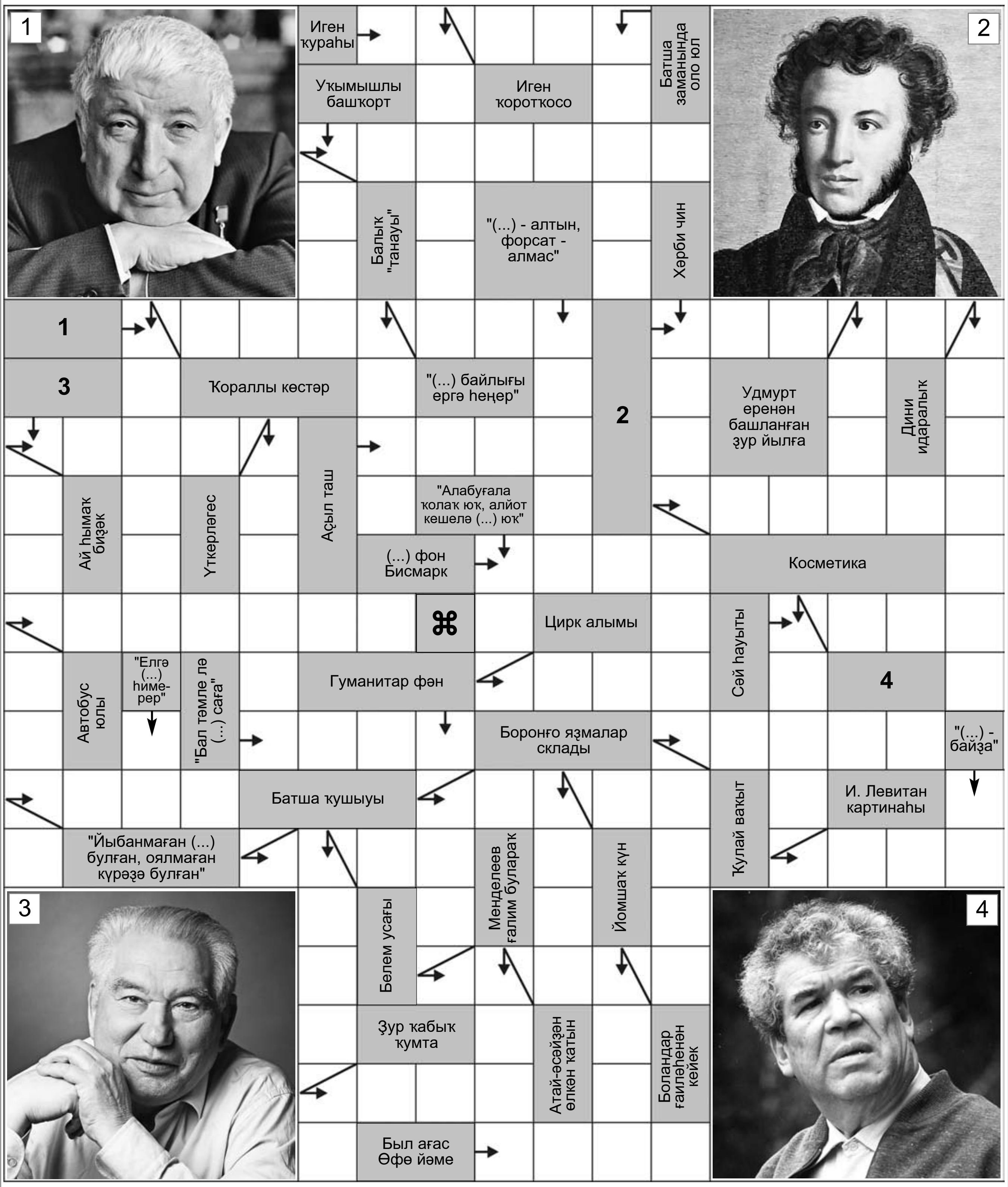
1444 һижри йыл.

Октябрь - Ноябрь (Рабиғел ахыр)	Иртәнге намаҙ	Ҡояш ҡалҡа	Өйлә намаҙы	Икенде намаҙы	Аҡшам намаҙы	Йәстү намаҙы
31 (5) дүшәмбе	6:48	8:18	13:30	15:49	17:39	19:09
1 (6) шишәмбе	6:50	8:20	13:30	15:47	17:37	19:07
2 (7) шаршамбы	6:52	8:22	13:30	15:45	17:35	19:05
3 (8) кесе йома	6:54	8:24	13:30	15:43	17:33	19:03
4 (9) йома	6:56	8:26	13:30	15:42	17:31	19:01
5 (10) шәмбе	6:58	8:28	13:30	15:40	17:29	18:59
6 (11) йәкшәмбе	7:00	8:30	13:30	15:38	17:27	18:57

"Башҡортса дини календарь"ҙан алынды.

БАШ ЭШЛӘТМӘК

РУС ТҮГЕЛМЕН, ЛӘКИН РОССИЯН МИН...



Йәмилә ШӘРӘФЕТДИНОВА төҙөнө.

42-се һандағы сканворд яуаптары.

Горизонталь буйынса: Юлтый. Амантай. Әсә. Дауыл. Ураҙа. Ашамһаҡ. Кәүҙә. Алама. Сәйхур. Шытым. Ҡом. Таҡта. Әй. Торт. Рәсем. Санта. Офоҡ. Ҡотоева. Алҡыш. Тибр. Ра. Йәдкәр.

Вертикаль буйынса: Көршәксе. Дәүләтшин. Әҙәм. Таҡ. Алты. Олатай. Лассо. Юлаев. Ҡотҡо. Емерек. Әлмөхәмәтов. Фатир. Йәймә. Ай. Уҡа. Торҡа. Лама. Март. Аса. Алмаш.

КЕШЕ ҺӘМ ЗАКОН

МУТЛАШЫУСЫЛАР ТОҘАҒЫ

Салауат ҡалаһында ирле-ҡатынлы пар мутлашыусыларға ике миллион һумдан ашыу аҡса күсергән.

Хоҡуҡ һаҡлаусылар белдереүенсә, мутлашыусылар үҙҙәрен банк хеҙмәткәрҙәре тип таныштырған. Зыян күргән 57 йәшлек ҡатын белдереүенсә, аферистар унан бер нисә тапҡыр кредит алдырған һәм аҡсаны урламаһындар өсөн тип махсус иҫәпкә күсерткән. Был схеманың тормошҡа ашырылыуына ялған хоҡуҡ һаҡлаусы шылтыратыуы ла ярҙам иткән. Ул аҡса күсереү хәүефһеҙ тип белдергән. Һөҙөмтәлә зыян күреүсе ҡатын телефондан алынған мәғлүмәткә ышанған. Ул кредиттар юллаған, таныш-белештәренән аҡса алып торған һәм мутлашыусыларға оҙатҡан. Бер нисә көндән ҡатынға мутлашыусылар тағын шылтыратҡан һәм ирегеҙҙең исеменә лә кредит юллай алаһығыҙ, тигәндәр. Иргә мин хоҡуҡ һаҡлаусы тип билдәһеҙ кеше шылтыратҡан һәм инструкция буйынса эшләгеҙ, тип хәбәр иткән. Әле был айырыуса ҙур күләмдә мутлашыу факты буйынса енәйәт эше асылған һәм тикшереү алып барыла.

РӨХСӘТҺЕҘ ҺУНАР

Рәсәй Эске эштәр министрлығының Белорет районы буйынса бүлеге енәйәт эҙләү оператив хеҙмәткәрҙәре 17 октябрҙә ялыу буйынса Ҡағы ауылында йәшәүсе 54 йәшлек ирҙең өйөнә барған.

Улар унда йортто, автомобилде һәм кәртә-ҡураны тикшергәндә енәйәткә ҡағылышлы әйберҙәр тапҡан. Ихатала торған "Нива" багажнигында мышының ярты түшкәһе ятҡан, машина янында ҡапҡан табылған. Мышының ҡалған өлөшө һәм теркәлмәгән ике көбәкле мылтыҡ мунсала булған. Хоҡуҡ һаҡлаусылар йортта патрондар, балталар һәм һоро төҫлө эҙҙәр менән бысаҡҡа юлыҡҡан. Бар табылдыҡтар тартып алынған. Йорт хужаһы белдереүенсә, ул октябрь башында урманда ҡапҡан ҡуйған. Кисә ул мылтыҡ алып тикшерергә сыҡҡан һәм ҡапҡанға мышы эләккәнен асыҡлаған. Рөхсәте булмаһа ла, ир урман ғифритен атҡан, түшкәһен һыҙырып бүлгән, итте алып ҡайтҡан. Хоҡуҡ һаҡлаусылар урманда мышы башын, тиреһен, тояҡтарын һәм 12-се калибрлы ике гильзаны әйберләтә дәлил тип алған. Ир ғәйебен таныған. Уға ҡарата РФ Енәйәт кодексының 258-се "Законһыҙ һунар" статьяһына ярашлы енәйәт эше асылған.

ИШЕТТЕГЕҘМЕ ӘЛЕ?

КРЕДИТ КАНИКУЛЫ...

Илдә мобилизацияланған кесе һәм урта бизнес эйәләренә кредит каникулдары законлаштырылды. Рәсәй Президенты Владимир Путин ҡул ҡуйған документ хоҡуҡи документтар порталына һалынған. Был указда шулай уҡ өлөшләтә мобилизация үткән бизнесмендар махсус хәрби операцияла ҡатнашҡан мәлдә бизнес менән идара итеүҙе ышаныслы кешеләргә тапшыра ала, тиелә. 7 октябрҙә РФ Президенты Дәүләт Думаһы 28 сентябрҙә ҡабул иткән кредит каникулдары тураһында законды раҫланы. Уға ярашлы мобилизацияланған граждандар хәрби хеҙмәткә саҡырылыр алдынан алған кредитты кире ҡайтарыуҙы ваҡытлыса туҡтатырға йәки күләмен кәметеп түләп торорға хоҡуҡлы. Был хоҡуҡ менән уларҙың ғаилә ағзалары ла ҡуллана аласаҡ.

ЙӨКЛӨ САҠТА УҠ...

Башҡортостанда иртә срокта иҫәпкә торған 11 меңдән ашыу йөклө ҡатын-ҡыҙ пособие ала. Йыл башынан алып был түләүҙәрҙе финанслауға Пенсия фонды 292 миллион һум аҡса бүлгән, тип хәбәр итә ведомствоның матбуғат хеҙмәте. Хәтерегеҙгә төшөрәбеҙ, йөклөлөктөң тәүге 12 аҙнаһында иҫәпкә торған ҡатын-ҡыҙҙарға айына 6600 һум түләү ҡаралған. Пособие тәғәйенләгәндә килем (ул ғаиләнең һәр ағзаһына 12 110 һумдан артмаҫҡа тейеш), мөлкәт иҫәпкә алына. Әммә буласаҡ әсәнең ғаилә хәле һәм хеҙмәт статусы иғтибарға алынмай. Ғаризаны 12 аҙна йөклөлөктән һуң Пенсия фондына тапшырырға кәрәк.

БЫЛ ДА КӘРӘК

Рәсәйҙә 2025 йылдан "ғаризаһыҙ пенсия алды йәшендәге" тигән статус алыу ябайлаштырыла. Был хаҡта илдең Хеҙмәт министрлығы хәбәр итә. Мәғлүмәтте Дәүләт хеҙмәттәре аша алырға мөмкин. Хәҙер пенсия алды йәшендәге граждандар категорияһына эйә булыу өсөн тейешле белешмә кәрәк, уны Рәсәй Пенсия фонды бүлексәһендә йәки онлайн бирәләр, тип белдерҙеләр министрлыҡта. Документ диспансеризация үтеү өсөн ике түләүле көн, эшһеҙлек буйынса арттырылған пособие кеүек льготалар бирә. Әлеге ваҡытта рәсәйҙәр буласаҡ пенсия күләме, бала тыуғанда ярҙам саралары, инвалидлыҡты билдәләү һәм пенсия йәше етеүе тураһында мәғлүмәттәрҙе ғаризаһыҙ ала.

ХАҠТАР НИ ХАҠ?

АРЗАНАЯ, АРТА...

Башстат ҡулланыусылар кәрзинендәге төп аҙыҡ-түлеккә хаҡтар динамикаһын күрһәтте. Әле ситуация аҙ үҙгәрә. Үткән аҙнала нимәгә хаҡтар төшкән, шулар был аҙнала күтәрелеүе-төшөүе мөмкин.

Мәҫәлән, бер аҙна элек 1 кг кәбеҫтәнең хаҡы ике аҙна элеккенән 0,7 процентҡа арзаныраҡ булды. Ә бына үткән аҙна башында ул 6 процентҡа - 1 һумға артты (йомғаҡлап әйткәндә, 1 кг кәбеҫтәнең уртаса хаҡы 20 һум тирәһе).

Үткән аҙнала 15 процентҡа артҡан помидорҙар хаҡы тағын 4 процентҡа (йәки 2,2 һумға) артты; хәҙер уның килоһы уртаса - 86 һум. Ҡыярға ла хаҡтар күтәрелә: хәҙер уның килоһы 76,4 һум тора. Картуфҡа хаҡтар бер аҙна бер урында торғандан һуң яйлап арта башланы: килоһы 26,27 һум. Кишер 29 тингә артҡан (26,1 һум).

Икенсе аҙна рәттән шоколадлы кәнфиттәргә хаҡтар төшә - хәҙер инде ул 375 һум тора. Балалар аҙығы ла шулай - иттән булғаны 1001 һум, емешеләктән әҙерләнгәне 523 һум. Бер аҙ хаҡы төшкән һөйәкле ит аҙна башына йәнә артҡан: һыйыр ите - 3 һумға (487 һум), сусҡа ите -2,3 һумға (288 һум). Тауыҡҡа хаҡтар 1 һумға артҡан (165 һум). "Ҡара" һәм "һоро" икмәккә хаҡтар 15 тингә артты, аҡ икмәк һәм күмәскә 19 тингә төштө.

АФАРИН!

БАТЫР "ЯУГИР" БИТ БЫЛ ҠОРОС!

Стәрлетамаҡ дәүләт театр-концерт берләшмәһенең Илшат Йомағолов исемендәге Башҡорт драма театрында билдәле драматург Мөнир Ҡунафиндың "Ҡорос. Яугир ат яҙмышы" драмаһы буйынса ҡуйылған спектакль премьераһын башҡорт атына мәҙхиә йыры тип тә атарға мөмкин булыр ине. Керчь-Ҡорос ролен актер Фәнил Ҡарасурин башҡара, спектаклдә шулай уҡ театр актерҙары: Башҡортостандың халыҡ артисы Фиҙалиә Рәхимова, актерҙар Ирек Ибраһимов, Рәсил Сынбулатов, Марат Зәбәйеров, Әлиә Зарипова, Ҡәҙриә Мифтахова, Илнур Атйетәров, Илгиз Әкимбәтов, Нурзидә Сәфәрғолова, Әлфинур Ғәзимова һ.б. ҡатнаша. Спектаклдең режиссеры, музыкаль яҡтан биҙәүсеһе Айҙар Зарипов, костюмдар буйынса рәссам Башҡортостандың атҡаҙанған мәҙәниәт хеҙмәткәре Наталья Степанова.

Билдәле булыуынса, Бөйөк Ватан һуғышы башланғас, данлыҡлы 112-се Башҡорт кавалерия дивизияһын, параллель рәүештә 113-сө Башҡорт кавалерия дивизияһын комплектлау өсөн Башҡортостан ауыл хужалыҡтарынан 13,3 мең баш ат ебәрелә. Спектакль шул аттарҙың береһе, һуғыш яланынан тыуған яғына, Миәкә районының Илсеғол ауылына әйләнеп ҡайтҡан Керчь-Ҡорос исемле (ҡушаматлы түгел!) башҡорт тоҡомло шәп айғырға арналған.

Шул да уҡыусыға мәғлүм булһын, атаҡлы йырау, тарихсы яҙарман Спартак Ильясов Учалы районының бер ауылына һуғыштан әйләнеп ҡайтҡан тағы ла бер ат тураһында әҫәр яҙа башлап, ғүмере өҙөләүе арҡаһында осона сыға алмағайны. Стәрлетамаҡ башҡорт драма театры ҡуйған был спектакль, моғайын, ул атты ла белеүселәрҙе табырға ярҙам итер. Ат һынлы ат тыуған яғына әйләнеп ҡайтмай буламы! "Атҡынайы ҡайтты, үҙе юҡ..." тип тә юҡҡа ғына йырланмайҙыр халыҡ йырында.

Сәхнә әҫәре "Ат һәм башҡорт - икеһе бер", "Атһыҙ башҡорт ҡанатһыҙ", "Ат тауҙа, егет яуҙа һынала" тигән халыҡ әйтемдәрен бик нескә хистәр менән аңларға һәм тойорға ярҙам итә. Ярҙам итеп кенә ҡалмай, атты һәм башҡорт яугирын бер бөтөн итеүгә өлгәшә. Улар бер яғы менән дә айырылмай, бер ҡараһаң, тик аттар ғына дошманға ҡаршы яуға бара, бер ҡараһаң, тик яугирҙар ғына фашистарға яҫҡына. Аттар менән яугирҙарҙың хатта сәхнә костюмдары ла айырылмай тиерлек. Тап шул мәлдә телебеҙҙәге асыл һүҙҙең мәғәнәһенән бар тулылығында төшөнәһең, йәғни кеслө заттың ни өсөн ир-ат тип аталғанын. Исемдең ат мәғәнәһенән алыныуы ла шул юҫыҡта һүҙһеҙ аңлашыла.

Ҡоросҡа атланып тыуған ауылынан сығып киткән Ирек һуғышта батырҙарса һәләк булғас, Илсеғол ауылы халҡы айғырҙы ауылға ҡайтарыуҙы юлап, Буденныйҙың үҙенә хат яҙа. Әлбиттә, улар был ғәмәле менән колхоз эшенә эшсе аттарҙың етешмәүенән гәйре, башҡорт тоҡомло аттарҙың Ҡорос кеүек яугир айғырҙан дауам ителеүен хәстәрләй. Ҡоростоң һөйгән йәре, һылыу бейә Көмөшъял уны нык яратһа ла, башҡа бейәләргә яҡынлауын аңлап ҡабул итә. Көнләшеүҙең ни икәнлеген дә белмәй. Иң мөһиме, уларҙың ат халҡы айғыр ярҙамында һаҡланып ҡалырға, тоҡомон дауам итергә тейеш. Ошо урында "Гүзәл быуат" төрөк сериалын иҫебеҙгә төшөрһәк, унда солтан менән бер төн йоҡлар өсөн бер-береһенең боғазын сәйнәр сиккә еткән кәнизәктәрҙе күҙ алдына килтерһәк, аттар тормошо ҡайһылай камил тип һоҡланырға ғына ҡала! Үҙенең тоҡомо таҙалығы өсөн башҡорт тоҡомло айғырҙан да фиҙаҡәрерәк затты мин, мәҫәлән, әлегәсә ишеткәнем юҡ. "Турайғыр һабағы" тигән хикәйәмдә ошо проблеманы күтәргәйнем инде.

Спектаклгә ана шундай аң төбөн аҡтарырҙай һүҙҙәр, ым-ишаралар, сәхнә хәрәкәттәре бик күп һалынған. Драма авторы, режиссер, рәссам, музыкант был йәһәттән тамашасының иғтибарын йәлеп итер өсөн күп көс һалған. Моғайын, улар хаҡында киләсәктә театр белгестәре, ғалимдар тәфсирләп яҙыр тигән ышаныста ҡалабыҙ.

Ҡорос көнбайыштан Башҡортостанға табан юлланған поездың махсус вагонында тыуған яғына әйләнеп ҡайта ла, шинель кейгән яугир рәүешендә Илсеғолға ҡайтып төшә. Баштараҡ Ҡоростоң исем, ә ҡушамат түгеллеге хаҡында әйтеп үткәйнем инде. Ысынлап та, Ҡорос яуҙа енеп ҡайтҡан яугирҙарҙан бер яғы менән дә айырылмай, дөрөҫөрәге, спектаклдә башҡорт аты шундай юғарылыҡҡа күтәрелә. Һуңынан ҡанатлы атҡа әүерелеп осоп китә, символға әүерелә. Бөгөн килеп башҡорт тоҡомло ат һаҡланып ҡалып, күпләп үрсеп, йәшәүен дауам итә икән, уны үҙенең атамаһы менән бәйләргә халыҡ та йөшәй икән, ҡаһарман халҡы кеүек ҡаһарман башҡорт аты ла, шул иҫәптән Ҡорос та батыр яугир тип аталырға хаҡлы!

Спектакль күңелемдә ана шундай уйҙар тыуҙырҙы! Йөрәгем ат тояҡтары тауышына ҡушылып типте, зиһенем төпкөләндә кешнәү тауышы, күңелемдә йыр яңғыраны:

Яҡшы атҡа менеп, ҡулына алған
Уҡ-һаҙаҡҡай тигән ҡоралын.
Аямаған йәнен, түккән ҡанын,
Һис бирмәгән башҡорт Уралын!

Әхмәр ҒҮМӘР-ҮТӘБАЙ.

ЯҢЫ ПРЕМЬЕРА

"ЫНЙЫҠАЙ МЕНӘН ЮЛДЫҠАЙ"

27 октябрҙә Салауат дәүләт драма театрында "Ынйыҡай менән Юлдыҡай" шиғри драмаһының премьераһы булды.

Авторы - билдәле башҡорт яҙыусыһы, тел белгесе, фольклорсы, йәмәғәт эшмәкәре Хәбибулла Ғәбитов. Пьеса 1924 йылда яҙылған һәм баҫылып сыҡҡан. XX быуаттың 20-30-сы йылдарында был пьеса буйынса спектакль Башҡорт драма театрында бик популяр булған. Әммә 1935 йылда Хәбибулла Ғәбитов ҡулға алынғандан һуң спектакль репертуарҙан төшөрөп ҡалдырылған. Х. Ғәбитов китабының тексы гәрәп графикаһы нигеҙендә донъя күргән, ә 2015 йылда Әхмәтзәки Вәлиди исемендәге Милли китапхана хеҙмәткәрҙәре уны башҡорт әҙәби теленә тәржемә иткән. Инсценировка авторы - филология фәндәре кандидаты, З.Исмәғилев исемендәге Өфө дәүләт сәнғәт институты доценты, Салауат Юлаев исемендәге дәүләт премияһы лауреаты Гөлсәсәк Саламатова.

"Әҫәрҙә һүҙ ике ғашиҡ йән - Ынйыҡай менән Юлдыҡай тураһында бара. Юлдыҡай - ябай ғаиләнән, 12 йәшенә тиклем ялсылыҡта йөрөгән, аҙаҡ һунарсылыҡ менән шөғөлләнә башлаған. Ынйыҡай - бай ҡыҙы. Ынйыҡайҙың атаһы уларҙың мөхәббәтенә ҡаршы һәм төрлө юлдар менән йәштәрҙе бер-береһенән айырырға тырыша", - тип белдерҙеләр театрҙың матбуғат хеҙмәтендә.

Режиссер - Башҡортостан Республикаһының атҡаҙанған сәнғәт эшмәкәре, Ш.Бабич исемендәге республика дәүләт йәштәр премияһы лауреаты Рөстәм Хәкимов. Сәхнәне биҙәүсе - Рөстәм Баймөхәмәтов, костюмдар буйынса рәссам - Сәлимә Усманова, яҡтыртыу буйынса рәссам - Айҙар Йосопов. Композитор - Башҡортостандың атҡаҙанған сәнғәт эшмәкәре Юлай Үҙәнбаев, хореограф - Башҡортостандың атҡаҙанған артисы Сулпан Асҡарова. Спектакль "Берҙәм Рәсәй" партияһының "Кесе Ватан мәҙәниәте" проекты сиктәрендә тормошҡа ашырыла.

АҠЫЛ-ҠАҘНА

Аҡыллы кешеләрҙең һүҙҙәренә әйәреп, донъяуи хәҡиҡәткә баҡ, һығымталар яһа һәм, әлбиттә, тормошта ҡуллан. Бәхетле һәм уңышлы кеше булыр өсөн.

СЫҠМАҒАН ЙӘНДӘ... өмөт бар

Ике ҡатын алғандың вайраны бар, ике һыйыр һауғандың айраны бар.

(Башҡорт алыҡ мәҡәле).

Дан ҡаҙаныр өсөн 40 йыл һүрәт төшөрөргә, йәки 20 йыл китап яҙырға, йәки 10 йыл театрҙа төп ролдәрҙә уйнарға, йәки 5 йыл киноға төшөргә, йә... бер ай буйы көн һайын телевидение аша кулинар рецептар уҡырға кәрәк.

(Веслав Брудзиньский).

Дан - ул йүнле тауар түгел. Ҡиммәт тора, әммә тиҙ боҙола.

(Оноре Бальзак).

Миндә әҙәби талант булмағанын белер өсөн миңә илле йыл кәрәк булды. Әммә мин ул осорға танылған яҙыусы инем инде.

(Роберт Бенчли).

Шулай итеп, тағы бер риүәйәт: "Бер батшалыҡта көслө сихырсы йәшәгән. Бер саҡ ул тылсымлы дарыу яһай ҙа, уны батшалыҡтағы бар кешеләр ҙә эскән һыу сығанағына һала. Уны эсеүселәр шунда уҡ аҡылдан яҙа. Батшаның ғаиләһе икенсе бер сихырсы белмәгән сығанаҡтан һыу эсә һәм шуға ла улар ғына үҙ аҡылында килеш ҡала. Бар батшалыҡтың аҡылдан яҙғанын, бөтөн ерҙә тәртипһеҙлек хөкөм һөргәнен күргән батша, халҡын аҡылға килергә, тәртипкә күнергә саҡырып, төрлө указдар, күрһәтмәләр сығара башлай. Ләкин батшаның вәзирҙәре һәм яҡындары, батша аҡылһыҙ эш ҡыла, тип, уның күрһәтмәләрен ҡабул итмәй һәм батшаны үҙ тәхетенән баш тартырға саҡыра.

Батша үҙ көсһөҙлөгөн танып, тәхетенән китергә иткәндә генә батшабикә уны туҡтата һәм: "Әйҙә, беҙ ҙә барыһы ла эскән сығанаҡтан һыу эсәйек. Шул саҡта беҙ ҙә улар кеүеккә әйләнербеҙ", - ти. Шулай эшләйҙәр. Быны күргән вәзирҙәре, батша шундай аҡыллы ҡарарға килгән икән, ул артабан да хакимлыҡ итергә тейеш, тип, үҙ талаптарынан баш тарта. Илдә тыныслыҡ урынлаша. Шул уҡ ваҡытта күрше батшалыҡтарҙағы халыҡ бөтөнләй икенсе төрлө көн күрә.

Күпмелер замандан һуң баяғы сихырсының улы ла үҙенең тылсымлы дарыуын уйлап таба һәм бер инешкә ҡойоп, шул инеш аша бар Ер шарындағы һыу сығанаҡтарын ағыулай. Шулай итеп, Ер шарындағы бар халыҡ аҡылдан яҙа. Тик был турала бер кем дә белмәй. Ләкин ҡайны саҡта һуҙҙың ағыуы тәьҫиренә бирешмәгән кешеләр ҙә тыуа Ер йөҙөнә. Улар аҡыллы булып үҫеп етә, хатта ҡалғандарға уларҙың аҡылһыҙлығы, етешһеҙлектәре тураһында аңлатып та маташа. Тик уларҙы аҡылдан яҙғанға иҫәпләп, берәү ҙә тыңламай. Бына шулай йәшәйбеҙ..."

"Киске Өфө" гәзитен ойоштороусы:
Өфө ҡалаһы ҡала округы хакимиәте
Гәзит Киң коммуникация, элемтә һәм мәҙәни мирасты һаҡлау өлкәһен күҙәтеү буйынса федераль хеҙмәттең Башҡортостан Республикаһы идаралығында теркәлде.
Теркәү таныҡлығы
№ТУ 02-00001, 10 июнь 2008 йыл.

Баш мөхәррир:
Гөлфиә Гәрәй ҡыҙы ЯНБАЕВА.
Мөхәрририәт:
Сәриә ҒАРИПОВА,
Әхмәр ҒҮМӘР-ҮТӘБАЙ,
Зәйтүнә ӘЙЛЕ,
Фәүзиә МӨХӘМӘТШИНА,
Артур БАТЫРШИН.

Редакция һәм нәшер итеүсе адресы:
450005, Башҡортостан Республикаһы, Өфө ҡалаһы, Революцион урамы, 167/1
Беҙҙең сайт: **www.kiskeufa.ru**
E-mail: **kiskeufa@mail.ru**
ООО "СПУТНИК-ЮГ"
нәшриәтендә баҫылды
(453400, Башҡортостан Республикаһы, Дәүләкән ҡалаһы, Мәжит Ғафури урамы, 4, офис 203).

Телефондар:
Баш мөхәррир 253-25-44
Хәбәрселәр 252-39-99
Матбуғат таратыу 252-39-99

Ҡул ҡуйыу ваҡыты -
28 октябрь 17 сәғәт 30 мин.
Ҡул ҡуйылды - 16 сәғәт 00 мин.

«Киске Өфө»нөң реклама хеҙмәте **253-25-44** телефоны буйынса «Киске Өфө» гәзитенә ойошмаларҙан һәм айырым кешеләрҙән рекламалар ҡабул итә.

«Киске Өфө»нөң индексы – **ПР905**

Тиражы - 3540
Заказ - 1367